TIEMPO ESCOLAR COMPLEMETARIO
COMPONENTE PEDAGÓGICO
2019

1 Datos de Identificación.

Centro de Interés: **SOFTBOL**
Deporte Individual:
Deporte de Conjunto: X
Ciclos de formación en los que se implementa:

Tabla 1 Ciclos Formativos

Ciclo	Grado	Edades	
Ciclo 1	Preescolar 1° - 2°	5 – 8 años	X
Ciclo 2	3° - 4°	8 – 10 años	X
Ciclo 3	5° - 6° - 7°	10 – 12 años	X
Ciclo 4	8° - 9°	12 – 15 años	X

2 Justificación del Proyecto Tiempo Escolar Complementario.

Tiempo Escolar Complementario es un proyecto de la Alcaldía de Bogotá y el Instituto Distrital de Recreación y Deporte (IDRD), creado bajo la política de Ciudad Educadora, que busca contribuir al desarrollo integral de los escolares por medio del deporte.

Dentro del marco una Bogotá Mejor para Todos, se presenta como una estrategia complementaria de uso del tiempo, que refuerza el desarrollo de las competencias básicas, ciudadanas, y socioemocionales a través de la formación con énfasis en valores y la identificación de fortalezas y potencialidades en las diferentes facetas del ser de cada escolar (académica, deportiva, recreativa, artística, musical). El proyecto se implementa de manera articulada con la Secretaria de Educación Distrital en procesos educativos de actividad física y deporte, con la finalidad de beneficiar a los escolares, mediante las actividades físicas y deportivas a través de los Centros de Interés que son aquellos espacios que tienen como propósito contribuir a la formación integral y a la generación de cambios comportamentales en los escolares; buscando contribuir de esta manera a la formación y educación de jóvenes capaces de conducirse activa y conscientemente al servicio de la construcción de la sociedad.

Estos espacios de participación permiten estimular el desarrollo de la motricidad, las habilidades más complejas, la iniciación y especialización en diferentes deportes, integrados por modalidades deportivas individuales, de conjunto, de nuevas tendencias urbanas y tradicionales, son espacios donde se estimula también la creatividad, el disfrute sano y saludable entorno a la actividad física y el

esparcimiento, que promueven el fortalecimiento de valores, trabajo en equipo, el compartir experiencias con sus pares y la apropiación de los espacios verdes.

Los centros de interés son seleccionados y requeridos por la comunidad escolar, atendidos por recursos humano idóneo seleccionado para cada especialidad deportiva. Las actividades de deporte y actividad física se desarrollarán en las Instituciones Educativas Distritales, escenarios del Sistema Distrital de Parques y escenarios particulares. La selección de las IED es realizada por la Secretaria de Educación del Distrito. Además, se desarrollarán otro tipo de estrategias como: Festivales y encuentros deportivos, Exhibiciones deportivas, Conversatorios, charlas, conferencias, clínicas, talleres, etc., sobre enseñanzas, experiencias y proyectos de vida en el deporte, Participación en los Juegos Supérate Intercolegiados.

3 Competencias por Fortalecer.

El proyecto Tiempo Escolar Complementario funda las orientaciones del enfoque de competencias de manera trasversal, implementado el desarrollo de estas en toda la oferta desde la línea de deportes.

Tabla 2 Conceptualización enfoque por competencias

Competencias a Fortalecer	Fundamento
Básicas **Área de Educación Física, recreación y deporte**	Teniendo en cuenta el documento de Orientaciones Pedagógicas para la Educación Física, la Recreación y el Deporte, el cual busca desarrollar y fortalecer las siguientes competencias específicas: **Motriz:** En esta competencia se desarrollará la comprensión y conocimiento del desarrollo del cuerpo, elementos perceptivos motrices, las condiciones motrices, los patrones básicos de movimiento, las habilidades y capacidades físicas, condición física, técnicas de movimiento, ubicación temporo-espacial, lenguaje corporal y motriz. **Expresiva Corporal** Esta competencia comprende el desarrollo del lenguaje expresivo del cuerpo, la exteriorización y comunicación de emociones, actitudes y gestos, expresión corporal, habilidades y destrezas para el control y límite de sus emociones y su relación con el movimiento desde las diferentes formas expresivas de manera autónoma y la progresión de su corporeidad. **Axiológica Corporal** El fortalecimiento de esta competencia se orienta a la búsqueda de reconocer y valorar el cuerpo en su relación desde una perspectiva individual y grupal, al cuidado de sí mismo e interacción social, hábitos de higiene, salud, alimentación, y el conocimiento de los cuidados del cuerpo, los valores en el uso de su cuerpo, actitudes y comportamientos para preservar la vida, el conocimiento de las normas y sus consecuencias y su aporte a la construcción de sí mismo y su proyecto de vida personal.

Ciudadanas	En esta competencia se fortalecerá en los escolares por medio de los valores olímpicos de excelencia y respeto y los valores paraolímpicos igualdad y determinación, los componentes de compromiso, la efectividad, la flexibilidad, el seguimiento de normas y la resolución de conflictos en el desarrollo de habilidades sociales de Autoestima y Autoconfianza, Trabajo en equipo y Liderazgo.
Socioemocionales	Por medio de la competencia socioemocional se fortalecerá en los escolares desde el valor olímpico de la amistad y los valores paraolímpicos inspiración y valor en el desarrollo de habilidades sociales de Expresión de Emociones, Relaciones Interpersonales y Comunicación Asertiva.

Fuente: Construcción propia componente pedagógico-social TEC, 2019.

4 Enfoque de Competencias Componente Social

4.1 Fortalecimiento en Valores a través de Habilidades Sociales

Con el propósito de contribuir a la formación integral y a los cambios comportamentales en los escolares beneficiarios del proyecto TEC, desde el Componente Social se propone fortalecer las competencias ciudadanas y socioemocionales a través de los valores olímpicos y paralímpicos de manera transversal en el desarrollo de la sesión de clase en los Centro de Interés por medio de las Habilidades Sociales.

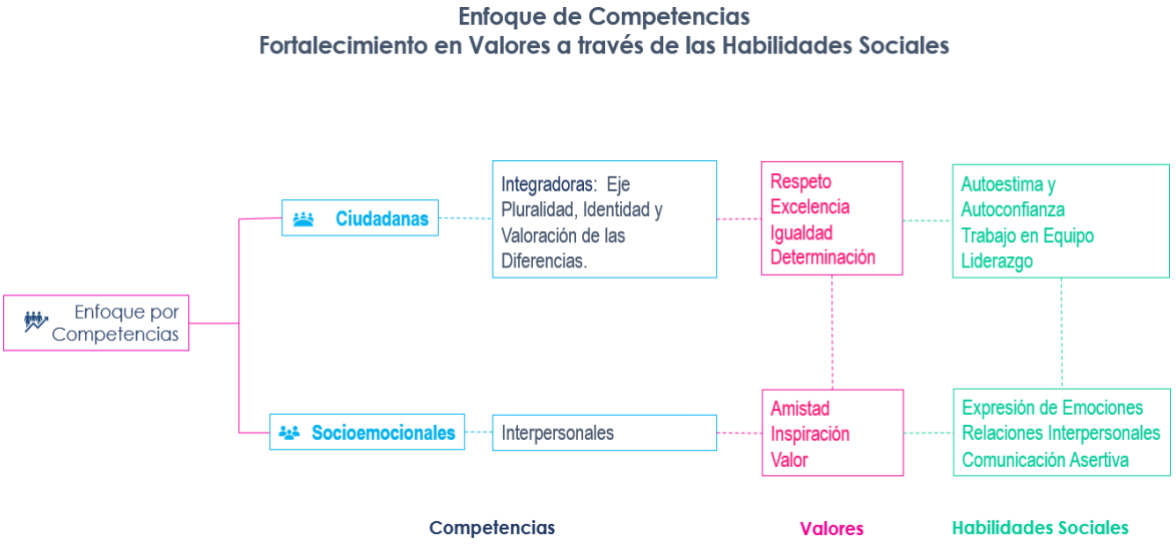


Figura 1 Competencias Componente Social

4.2 Competencias Ciudadanas.

Tomando como base el documento Serie Guías No. 6 Estándares Básicos de Competencias Ciudadanas Formar para la Ciudadanía… ¡Sí es posible! Lo que necesitamos saber y saber hacer (2004); desde el grupo de Pluralidad, identidad y valoración de las diferencias en la Competencia Integradora, se fortalecerá en los escolares por medio de los valores olímpicos de *excelencia* y *respeto* y los valores

paraolímpicos *igualdad* y *determinación*, los componentes de compromiso, la efectividad, la flexibilidad, el cuidado del entorno, el seguimiento de normas y la resolución de conflictos en el desarrollo de habilidades como la autoestima, autoconfianza, trabajo en equipo y liderazgo.

Por lo anterior entendemos que las Competencias Ciudadanas son el conjunto de conocimientos y de habilidades cognitivas, emocionales y comunicativas que, articulados entre sí, permiten que cada persona contribuya a la convivencia pacífica, participe responsable y constructivamente en los procesos democráticos y respete y valore la pluralidad y las diferencias, tanto en su entorno cercano, como en su comunidad, en su país o en otros países (Serie Guías No. 6 Estándares Básicos de Competencias Ciudadanas Formar para la Ciudadanía… ¡Sí es posible! Lo que necesitamos saber y saber hacer, 2004).

Así mismo, las Competencias Integradoras articulan, en la acción misma, todas las demás. Por ejemplo, la capacidad para manejar conflictos pacífica y constructivamente, que es una competencia integradora, requiere de ciertos conocimientos sobre las dinámicas de los conflictos, de algunas capacidades cognitivas como la habilidad para generar ideas y opciones creativas ante una situación de conflicto, de competencias emocionales como la autorregulación de la rabia, y de ciertas competencias comunicativas como la capacidad para transmitir asertivamente los propios intereses (Serie Guías No. 6 Estándares Básicos de Competencias Ciudadanas Formar para la Ciudadanía… ¡Sí es posible! Lo que necesitamos saber y saber hacer, 2004).

4.3 Competencias Socioemocionales.

Desde el documento Emociones para la vida Programas de Educación Socioemocional (2016), el Proyecto Tiempo Escolar Complementario implementará el fortalecimiento de esta competencia desde su fundamento “Emociones para la vida” desde el valor olímpico de la *amistad* y los valores paraolímpicos *inspiración* y *valor*.

Tomando como definición que las competencias socioemocionales son aquellas que incluyen no sólo el desarrollo de procesos cognitivos o mentales sino también áreas afectivas como la identificación y manejo de las emociones, así como las habilidades de relacionamiento con otros y de proyección hacia la sociedad. Estas competencias les permiten a los niños conocerse mejor a sí mismos, manejar sus emociones, construir mejores relaciones con los demás, tomar decisiones responsables en su vida, disminuir la agresión y aumentar la satisfacción con su vida (Emociones para la vida Programas de Educación Socioemocional, 2016).

En esta misma línea, las competencias socioemocionales promueven mejores aprendizajes académicos y alejan a los niños de conductas de riesgo. Esto es especialmente importante en la infancia, etapa en la que se sientan las bases para las decisiones que luego tomarán los niños cuando sean mayores. Teniendo

presente que es de vital importancia enseñar a los escolares el poder reconocer sus emociones, como la primera relación que se establece en su vida ya que el autoconocimiento genera poder conocer y reconocer al otro. Entendiendo que se teje una intersubjetividad por medio de las diferencias de cada persona que pertenece a su entorno, y de esta manera lograr superar las diferencias que se puedan presentar en la cotidianidad (Emociones para la vida Programas de Educación Socioemocional, 2016).

Por medio de las habilidades sociales de Expresión de Emociones, Relaciones Interpersonales y Comunicación Asertiva, se pretende generar espacios de confianza que brinden al escolar la libertad de poder expresar y aprender por medio de la experiencia deportiva, fortaleciendo lazos de amistad que permitan la consecución de objetivos comunes, al igual que la importancia de la comunicación asertiva, como la manera correcta de expresar sus ideas sin generar conflictos, ayudando a sus compañeros a reconocerse y fomentar el respeto por la diferencia.

El generar espacios de reconocimiento en los escolares permite incidir en su educación integral, brindándole así aprendizajes para la vida que le permitan desenvolverse en su contexto, y poder reaccionar ante situaciones adversas que se le presenten, contribuyendo a la resolución de los diferentes conflictos en su entorno social.

5 Valores.

5.1 Valores Olímpicos.

Los valores olímpicos constituyen el “fundamento sobre el Movimiento Olímpico ya que combinan el deporte, la cultura y la educación para el perfeccionamiento de los seres humanos”, dichos valores están basados en el esfuerzo y no el resultado.

Los tres valores que se consideran son Excelencia, Respeto Y Amistad que se definen así:

- **Excelencia:** consiste “en dar lo mejor de uno, en el campo de juego y en su vida personal y profesional”. Hace referencia al esfuerzo para ser lo mejor que podamos en todo lo que hacemos, en donde No se trata de ganar, sino de participar, progresar en los objetivos personales, esforzarse por dar lo mejor de uno mismo en la vida diaria y beneficiarse de la saludable combinación de un cuerpo, una mente y una voluntad fuertes. Lo que se resume en el lema: “más rápido, más alto, más fuerte (Citius, Altius, Fortius)”.

- **Respeto:** Hace referencia a la valoración de uno mismo, de su cuerpo, y de los demás, al cumplimiento de las normas y la ética profesional, respeto al deporte y respeto por su entorno. Lo que se resume en el lema “Juego Limpio para todos (Fair Play)”.

- **Amistad:** Este valor procura establecer lazos de afecto con compañeros y adversarios, empleando el deporte como herramienta de entendimiento para la integración y comprensión mutua entre las personas. Lo que se resume en el lema: “la amistad aporta a la construcción de un mundo mejor y más pacífico a través del deporte”.

5.2 Valores Paralímpicos.

- **Determinación:** Nos da confianza y nos hace creer en nosotros y nos ayuda a continuar haciendo lo mejor que podemos, incluso cuando la situación es difícil. Este valor ayuda a tomar una decisión centrándose en los objetivos.

- **Igualdad:** Hace que todos sean iguales y tratados por igual. Es el valor y la calidad de ser el mismo en cantidad o medida, valor o status, asegurando imparcialidad, oportunidades y tratamientos iguales para todos sin mirar a religión, etnia, raza, sexo, edad y sin ninguna discriminación, prejuicio, desigualdad y deslealtad.

- **Inspiración:** Es la motivación por ser mejores y buscar una fuente que nos permita seguir aprendiendo constantemente de otros.

- **Valor:** Nos impulsa a hacer lo que creemos que es correcto. Es un valor y también la habilidad de enfrentar el dolor, el sufrimiento, el miedo, el peligro, la incertidumbre y la intimidación. El **valor físico** es el que nos da la fuerza para luchar contra el dolor y el sufrimiento físico. El **valor moral** nos da la fuerza para hacer lo correcto contra la vergüenza, la deshonra y el desánimo.

5.3 Habilidades Sociales.

- **Autoestima y Autoconfianza:** La autoestima es un conjunto de pensamientos, percepciones y evaluaciones que hacemos de nosotros mismos, a la vez está influenciada por las creencias que tenemos acerca de nuestras propias competencias y habilidades (autoconcepto), que se construyen a través de la interpretación de las experiencias propias y de los roles que desempeñamos en sociedad (autoimagen). Mediante este proceso de autoconocimiento, las emociones juegan un papel crucial en la construcción de estas percepciones, pensamientos y/o creencias acerca de nosotros mismos.

  De igual manera, la autoconfianza o confianza en uno mismo es esencial para desenvolvernos en la vida. La confianza en uno mismo es clave para la toma de decisiones y para todo lo que conlleva. Una persona que confía en sí misma y en sus posibilidades, no dudará a la hora de tomar diferentes caminos, de enfrentarse a problemas y de relacionarse con los demás, tendrá su propio criterio y será capaz de no dejarse llevar.

- **Trabajo en Equipo:** El trabajo en equipo es una manera de articular actividades de un grupo de personas entorno a conjunto de metas y objetivos a alcanzar, el trabajo en equipo implica interdependencia activa entre las personas de un grupo que asumen y comparten un objetivo común, haciendo que se genere la interacción, la colaboración y la solidaridad entre ellos.

- **Liderazgo:** El Liderazgo es entendido como el conjunto de habilidades que hacen que una persona sea apta para ejercer tareas, es decir, es la función que ocupa una persona que se distingue del resto y es capaz de tomar decisiones acertadas para el equipo u organización que preceda, inspirando al resto de los que participan de ese grupo a alcanzar una meta común. Para ser líder se necesita del apoyo de sus seguidores y son ellos que notando las aptitudes y actitudes de una persona líder lo escogen para guiarlos.

  Las habilidades de un líder implican tener valores como el respeto, la excelencia, la igualdad y la determinación con el fin de aportar positivamente incentivando a los miembros de un equipo para trabajar por un objetivo común.

- **Expresión de Emociones:** La Expresión de Emociones es la capacidad de reconocer y manifestar los sentimientos y necesidades propias, respetando al otro. Por lo anterior, se hace necesario aprender a reconocer los propios sentimientos, las necesidades, deseos, motivaciones, a las personas, las situaciones y pensamientos que causan las emociones y las consecuencias que nos provocan y cómo nos afectan.

- **Relaciones Interpersonales:** Las relaciones interpersonales son vínculos o lazos entre las personas integrantes de una comunidad, que resultan indispensables para el desarrollo integral del ser humano, y en especial el valor de la amistad, inspiración y valor. A través de ellas, intercambiamos formas de sentir la vida, perspectivas, necesidades y afectos donde entra en juego la interacción con el entorno.

- **Comunicación Asertiva:** La comunicación asertiva es la manera de comunicarnos de una forma clara y concisa en un momento oportuno haciendo valer nuestro punto de vista sin llegar a comportamientos pasivos o agresivos con las demás personas, siendo la habilidad que tenemos para transmitir los sentimientos, creencias y opiniones propios con honestidad, respeto a sí mismo y oportunidad, y al mismo tiempo respetando los derechos de los demás.

6 Enfoque de Competencias por Ciclo.

Tabla 2 Desempeños ciclo 1

ENFOQUE DE COMPETENCIAS	COMPETENCIAS A FORTALECER	COMPETENCIA ANUAL	COMPONENTES	DESEMPEÑOS			
				PRIMER PERÍODO	SEGUNDO PERÍODO	TERCER PERÍODO	CUARTO PERÍODO
BÁSICAS: Específicas Del área de educación física	MOTRIZ	Explora formas básicas del movimiento y sus combinaciones en diferentes situaciones y contextos	Desarrollo Motor	Exploro posibilidades de movimiento en mi cuerpo a nivel global y segmentario.	Ubico mi cuerpo en el espacio y en relación con objetos.	Exploro posibilidades de movimiento siguiendo ritmos de percusión y musicales diversos.	Identifico variaciones en mi respiración en diferentes actividades físicas.
			Técnicas del Cuerpo	Exploro formas básicas de movimiento y combi- naciones con elementos y sin ellos.	Exploro formas básicas de movimiento aplicados a formas y modalidades gimnásticas.	Exploro la práctica de diferentes juegos deportivos individuales y grupales.	Exploro diversidad de actividades físicas que estén de acuerdo con mis posibilidades.
			Condición Física	Exploro mis capacidades físicas en diversidad de juegos y actividades.	Atiendo las indicaciones para realizar el calentamiento al iniciar y recuperación al finalizar la actividad física.	Sigo orientaciones sobre hidratación, nutrición e higiene para el adecua- do desarrollo de la actividad física	Exploro cambios fisiológicos que se presentan entre actividad física-pausa-actividad física.
			Lúdica Motriz	Resuelvo las di- versas situaciones que el juego me presenta.	Juego siguiendo las orientaciones que se me dan.	Participo en los juegos individua- les y colectivos propuestos en la clase.	Exploro el juego como un momento especial en el desarrollo de la clase
	EXPRESIVA CORPORAL	Exploro e identifico emociones a través del movimiento corporal.	Lenguajes Corporales	Exploro manifestaciones expresivas para comunicar mis emociones (tristeza, alegría, ira, entre otras) en situaciones de juego y actividad física.	Exploro movimientos con diferentes ritmos.	Exploro gestos, representaciones e imitaciones.	Expreso entusiasmo en las actividades propuestas en la clase.

ENFOQUE DE COMPETENCIAS	COMPETENCIAS A FORTALECER	COMPETENCIA ANUAL	COMPONENTES	DESEMPEÑOS			
				PRIMER PERÍODO	SEGUNDO PERÍODO	TERCER PERÍODO	CUARTO PERÍODO
	AXIOLÓGICA CORPORAL	Identifico las normas y principios establecidos para la realización de las prácticas propias de la actividad física	Cuidado de sí mismo	Aplico las recomendaciones sobre higiene corporal antes, durante y después de la actividad física.	Atiendo las orientaciones sobre mi tiempo para jugar y realizar actividad física.	Exploro juegos y actividad física de acuerdo con mi edad y mis posibilidades.	Identifico mis capacidades cuando me esfuerzo en la actividad realizada.
CIUDADANA	INTEGRADORAS: Eje Pluralidad, Identidad y Valoración de las Diferencias.	Exploro la importancia de los valores de la excelencia, respeto, determinación e igualdad para la convivencia Ciudadana.	Excelencia Determinación	Cumplo con los ejercicios planteados.	Recibo la retroalimentación sobre los errores cometidos en el desarrollo de las actividades.	Sigo las normas básicas para desarrollar las actividades del centro de interés de forma segura.	Colaboro de manera activa para el logro de metas comunes en el desarrollo de las actividades.
			Respeto Igualdad	Identifico las diferencias y semejanzas de género y físicas de sus compañeros.	Valoro y acepto las diferencias y semejanzas de sus compañeros.	Manifiesto desagrado cuando se siente discriminado y/o excluido de un grupo social.	Identifico situaciones de discriminación en su entorno y diseña estrategias de mejora.
SOCIOEMOCIONAL	INTERPERSONALES	Exploro la importancia de los valores de la excelencia, respeto, determinación e igualdad para la convivencia Ciudadana.	Amistad Inspiración Valor	Reconozco las emociones básicas (alegría, tristeza, rabia, temor) en sí mismo y en otras personas.	Expreso sentimientos y emociones de diferentes maneras.	Reconozco que algunas acciones generan emociones e impacto hacia los demás compañeros.	Identifico normas sencillas que ayudan a promover el buen trato y evitar el maltrato en el juego y en la vida escolar.

Fuente: Competencias Básicas: Tomado del documento Orientaciones Pedagógicas para la Educación Física, Recreación y Deporte (Documento N° 15 MEN 2010). Competencias Ciudadanas: Tomado del documento Estándares Básicos de Competencias Ciudadanas Formar para la Ciudadanía ¡si es posible! (Serie Guías No. 6 MEN 2005).
Competencias Socioemocionales: Tomado del documento Emociones para la vida Programas de Educación Socioemocional (Guía docente SED 2018)

Tabla 3 Criterios de desempeño ciclo 1

BIMESTRE / COMPETENCIA		COMPONENTES	CRITERIO No. 1 (EXPLORACION)	CRITERIO No. 2 (APROPIACIÓN)	CRITERIO No.3 (DOMINIO)
I BIMESTRE	**MOTRIZ**	Desarrollo Motor	Vivencia múltiple formas de ejecución de movimientos utilizando los diferentes segmentos corporales a nivel global y segmentario.	Reproduce múltiples formas de ejecución de movimientos utilizando los diferentes segmentos corporales a nivel global y segmentario.	Controla múltiples formas de ejecución de movimientos utilizando los diferentes segmentos corporales a nivel global y segmentario.
		Técnicas del Cuerpo	Explora diversas formas básicas de movimiento con el uso de elementos y sin ellos.	Afianza diversas formas básicas de movimiento con el uso de elementos y sin ellos.	Demuestra diversas formas básicas de movimiento con el uso de elementos y sin ellos.
		Condición Física	Explora desde el juego dirigido las diferentes formas de movimiento, mejorando su condición física.	Experimenta desde el juego dirigido las diferentes formas de movimiento, mejorando su condición física.	Desarrolla desde el juego dirigido las diferentes formas de movimiento, mejorando su condición física.
		Lúdica Motriz	Vivencia la relación de su cuerpo con sus compañeros, por medio de actividades lúdicas, deportivas y recreativas, orientadas en el centro de interés.	Manifiesta gusto por la relación de su cuerpo con sus compañeros, por medio de actividades lúdicas, deportivas y recreativas, orientadas en el centro de interés.	Disfruta de la relación de su cuerpo con sus compañeros, por medio de actividades lúdicas, deportivas y recreativas, orientadas en el centro de interés.
		Lenguajes Corporales	Descubre las diferentes emociones del ser individual y social a través del movimiento y la expresión corporal.	experimenta las diferentes emociones del ser individual y social a través del movimiento y la expresión corporal.	Diferencia las diferentes emociones del ser individual y social a través del movimiento y la expresión corporal.
		Cuidado de sí mismo	Identifica algunas acciones de cuidado de su cuerpo antes, durante y después de la actividad física.	Reconoce las acciones de cuidado de su cuerpo antes, durante y después de la actividad física.	Pone en práctica acciones de cuidado de su cuerpo antes, durante y después de la actividad física.
	CIUDADANA	Excelencia	Reconoce el valor de las normas y acuerdos para el desarrollo de las clases.	Respeta las normas y acuerdos para mejorar el trabajo en clase.	Trabaja en equipo para lograr una sana convivencia.
	SOCIOEMOCIONAL	Amistad	Identifica sus emociones durante la clase (temor, rabia, alegría, entre otras).	Maneja sus emociones durante la clase para lograr una participación activa.	Genera estrategias que le permitan el control de sus emociones y el aprovechamiento de la clase.
II BIMESTRE	**MOTRIZ**	Desarrollo Motor	Experimenta a través de su cuerpo diferentes ubicaciones temporo espaciales y las relaciona al manipular objetos deportivos propios del centro de interés.	Practica ubicaciones temporo espaciales y las relaciona al manipular objetos deportivos propios del centro de interés.	Ubicaciones temporo espaciales y las relaciona en la manipulación de objetos deportivos propios del centro de interés.

		Técnicas del Cuerpo	Explora las posibilidades de movimiento de su cuerpo, utilizando algunas actividades gimnasticas aplicadas a técnicas propios de del centro de interés.	Amplía las posibilidades de movimiento de su cuerpo, utilizando algunas actividades gimnasticas aplicadas a técnicas propios de del centro de interés.	Progresa las posibilidades de movimiento de su cuerpo, utilizando algunas actividades gimnasticas aplicadas a técnicas propios de del centro de interés.
		Condición Física	Explora rutinas de calentamiento atendiendo a las indicaciones para iniciar y recuperación al finalizar la actividad física.	Practica rutinas de calentamiento atendiendo a las indicaciones para iniciar y recuperación al finalizar la actividad física.	Aplica pequeñas rutinas de calentamiento atendiendo a las indicaciones para iniciar, recuperar y al finalizar la actividad física.
		Lúdica Motriz	Identifica las normas básicas establecidas en la realización de actividades de juego y rondas.	Reconoce las normas básicas establecidas en la realización de actividades de juego y rondas.	Comprende las normas básicas establecidas en la realización de actividades de juego y rondas y las sigue.
		Lenguajes Corporales	Vivencia las posibilidades de movimiento de ritmo y actividad física a partir de juegos y rondas.	Desarrolla las posibilidades de movimiento de ritmo y actividad física a partir de juegos y rondas.	Relaciona las posibilidades de movimiento de ritmo y actividad física a partir de juegos y rondas.
		Cuidado de sí mismo	Reconoce que hay unos tiempos de juego.	Conoce los tiempos y orientaciones establecidas para el juego.	Cumple con los tiempos y orientaciones establecidas para el juego.
	CIUDADANA	Respeto	Comprende la importancia del trabajo constructivo en clase.	Demuestra solidaridad con sus compañeros al realizar las actividades.	Promueve el trabajo constructivo en equipo demostrando cooperación y respeto.
	SOCIOEMOCIONAL	Inspiración	Reconoce la importancia de generar estrategias de autocontrol durante las actividades.	Aplica estrategias para manejar la rabia frente a la frustración en clase.	Utiliza de forma constante estrategias de auto control (respiración profunda, conteo, entre otras).
III BIMESTRE	**MOTRIZ**	Desarrollo Motor	Identifica las diferentes expresiones motrices, rítmicas y armoniosas a través de los juegos corporales, juegos rítmicos y rondas, propuestos en el centro de interés.	Ejecuta las diferentes expresiones motrices, rítmicas y armoniosas a través de los juegos corporales, juegos rítmicos y rondas, propuestos en el centro de interés.	**Desarrolla** las diferentes expresiones motrices, rítmicas y armoniosas a través de los juegos corporales, juegos rítmicos y rondas, propuestos en el centro de interés.
		Técnicas del Cuerpo	Exploro diferentes juegos de deportivos y competitivos individuales y grupales ajustados al centro de interés.	Realizo diferentes juegos de deportivos y competitivos individuales y grupales ajustados al centro de interés.	Participó activamente en diferentes juegos de deportivos y competitivos individuales y grupales ajustados al centro de interés.
		Condición Física	Escucha los beneficios de una buena hidratación, nutrición e higiene para su práctica de actividad física y sus efectos en su condición física.	Comienza a identificar los beneficios de una buena hidratación, nutrición e higiene para su práctica de actividad	Inicia el reconocimiento de los beneficios de una buena hidratación, nutrición e higiene para su práctica de actividad

				física y sus efectos en su condición física.	física y sus efectos en su condición física.
		Lúdica Motriz	Vivencia diversos juegos y ejercicios de carácter individual y colectivo con y sin la utilización de elementos deportivos propios del centro de interés.	Participa en diversos juegos y ejercicios de carácter individual y colectivo con y sin la utilización de elementos deportivos propios del centro de interés.	Practica diversos juegos y ejercicios de carácter individual y colectivo con y sin la utilización de elementos deportivos propios del centro de interés.
		Lenguajes Corporales	Explora sus emociones a través del movimiento corporal y su interacción con el otro.	Identifica sus emociones a través del movimiento corporal y su interacción con el otro.	Manifiesta sus emociones a través del movimiento corporal y su interacción con el otro.
		Cuidado de sí mismo	Escucha las normas y las reglas de seguridad y comportamiento del centro de interés.	Reconoce las normas y las reglas de seguridad y comportamiento del centro de interés.	Utiliza las normas y las reglas de seguridad y comportamiento del centro de interés.
	CIUDADANA	Determinación	Comprende la importancia de participar activamente en proyectos colectivos orientados al bien común.	Participa con profesores y compañeros en la ejecución de proyectos.	Comparte sus ideas para la construcción y ejecución de proyectos solidarios.
	SOCIOEMOCIONAL	Valor	Identifica sus sentimientos frente a la exclusión y discriminación en clase.	Reconoce el sentimiento de otras personas cuando son excluidas o discriminadas.	Promueve mecanismos de apoyo para evitar la discriminación y exclusión en clase.
IV BIMESTRE	**MOTRIZ**	Desarrollo Motor	Explora las reacciones y cambios de su cuerpo cuando realiza actividad física.	Reconoce algunos cambios de su cuerpo cuando realiza actividad física.	**Relaciona los** cambios de su cuerpo cuando realiza actividad física.
		Técnicas del Cuerpo	Explora ciertos ejercicios propios del centro de interés teniendo en cuenta sus posibilidades físicas.	Aborda muchos de los ejercicios propios del centro de interés teniendo en cuenta sus posibilidades físicas.	Desarrolla todos los ejercicios propios del centro de interés desplegando sus posibilidades físicas.
		Condición Física	Experimenta los cambios orgánicos que se exteriorizan en el cuerpo cuando realiza actividad física, ejercicio y juego.	Identifica los cambios orgánicos que se exteriorizan en el cuerpo cuando realiza actividad física, ejercicio y juego.	Reconoce los cambios orgánicos que se exteriorizan en el cuerpo cuando realiza actividad física, ejercicio y juego.
		Lúdica Motriz	Participa en los espacios lúdicos, expresivos, recreativos y de juego individual y grupal propuestos para la clase.	Muestra interés por los espacios lúdicos, expresivos, recreativos y de juego individual y grupal propuestos para la clase.	Demuestra gusto por los espacios lúdicos, expresivos, recreativos y de juego individual y grupal propuestos para la clase.
		Lenguajes Corporales	Vivencia diferentes estados de ánimo por medio de la práctica de actividades de juego, recreativas y deportivas propuestas en el centro de interés.	Descubre el estado de ánimo de entusiasmo por medio de la práctica de actividades de juego, recreativas y deportivas propuestas en el centro de interés.	Manifiesta el estado de ánimo de entusiasmo por medio de la práctica de actividades de juego, recreativas y deportivas propuestas en el centro de interés.

		Cuidado de sí mismo	Experimenta ciertas aptitudes, talentos, habilidades, y cualidades cuando intenta y persevera en la realización de una actividad de juego o un ejercicio propuesto en el centro de interés.	Identifica ciertas aptitudes, talentos, habilidades, y cualidades cuando intenta y persevera en la realización de una actividad de juego o un ejercicio propuesto en el centro de interés.	Manifiesta ciertas aptitudes, talentos, habilidades, y cualidades cuando intenta y persevera en la realización de una actividad de juego o un ejercicio propuesto en el centro de interés.
	CIUDADANA	Igualdad	Reconoce la importancia del cuidado de mí mismo en pro de su bienestar.	Practica hábitos de vida saludable que favorecen mi bienestar y las relaciones interpersonales.	Da ejemplo de autocuidado y promoción de hábitos saludables.
	SOCIOEMOCIONAL	Amistad	Reconoce la importancia de la empatía en los procesos de aprendizaje colectivo.	Expresa empatía con las personas que presentan emociones negativas durante la clase.	Promueve estrategias que permitan empatizar con los demás y promueve mejores procesos de aprendizaje

Fuente: Construcción propia componente pedagógico-social TEC, 2019.

Tabla 4 Desempeños ciclo 2

ENFOQUE DE COMPETENCIAS	COMPETENCIAS A DESARROLLAR	COMPETENCIA ANUAL	COMPONENTES	DESEMPEÑOS			
				PRIMER PERÍODO	SEGUNDO PERÍODO	TERCER PERÍODO	CUARTO PERÍODO
BASICA: Especificas Del área de educación física	MOTRIZ	Reconozco los fundamentos básicos de las técnicas de movimiento en diversas situaciones y contextos.	Desarrollo Motor	Controlo de forma global y segmentaria la realización de movimientos técnicos.	Ajusto los movimientos de mi cuerpo en la manipulación de objetos.	Relaciono variaciones en mi respiración en la actividad física y relajación.	Realizo posturas corporales propias de las técnicas de movimiento.
			Técnicas del Cuerpo	Aplico formas básicas de movimiento en la realización de diferentes prácticas deportivas.	Aplico técnicas de tensión, relajación y control del cuerpo.	Aplico reglas sencillas en diferentes prácticas deportivas individuales y de grupo	Propongo la realización de juegos y actividades física que practico en mi comunidad.
			Condición Física	Identifico mis capacidades físicas en la realización de ejercicios físicos y juegos.	Identifico movimientos y actividades de calentamiento y recuperación en la actividad física.	Identifico hábitos de comportamiento saludable para el adecuado desarrollo de la actividad física.	Identifico los cambios fisiológicos que se presentan entre actividad física-pausa-actividad física.
			Lúdica Motriz	Analizo diversas situaciones de juego y doy res-puesta a ellas.	Acepto y pongo en práctica las re- glas de juego.	Reconozco a mis compañeros como constructores del juego.	Propongo momentos de juego en el desarrollo de las actividades.
	EXPRESIVA CORPORAL	Identifico diferentes técnicas expresivas para la manifestación emocional.	Lenguajes Corporales	Identifico técnicas de expresión corporal que llevan a la regulación emocional en situaciones de juego y actividad física.	Reconozco y ejecuto danzas y prácticas lúdicas de tradición regional con lenguaje verbal y no verbal.	Realizo secuencias de movimientos, aplicando los tres ejes del cuerpo: adelante-atrás, arriba-abajo, izquierda-derecha, de forma individual y grupal.	Identifico cómo las emociones afectan mi cuerpo cuando estoy alegre, triste, deprimido, decaído u ofuscado.
		Reflexiono acerca del		Aplico las recomendaciones	Atiendo las orientaciones	Identifico mis capacidades	Atiendo las indicaciones del

ENFOQUE DE COMPETENCIAS	COMPETENCIAS A DESARROLLAR	COMPETENCIA ANUAL	COMPONENTES	DESEMPEÑOS			
				PRIMER PERÍODO	SEGUNDO PERÍODO	TERCER PERÍODO	CUARTO PERÍODO
	AXIOLÓGICA CORPORAL	valor de la actividad física para la formación personal	Cuidado de sí mismo	sobre higiene corporal antes, durante y después de la actividad física.	sobre mi tiempo para jugar y realizar actividad física.	cuando me esfuerzo en la actividad física.	profesor sobre la forma correcta de realizar los ejercicios
CIUDADANA	INTEGRADORAS Eje Pluralidad, Identidad y Valoración de las Diferencias.	Reconozco la importancia de los valores de la excelencia, respeto, determinación e igualdad para la Convivencia Ciudadana.	Excelencia Determinación	Me muestro motivado en la ejecución de las actividades planteadas, obteniendo un rendimiento bueno en el desempeño de estas.	Identifico los errores cometidos una vez recibo retroalimentación y hago el esfuerzo para corregirlos.	Reconozco la importancia que tienen las normas para lograr el desarrollo de actividades.	Coopero y muestro solidaridad con mis compañeros trabajando constructivamente en equipo.
			Respeto Igualdad	Reconozco situaciones de discriminación y genero acciones para evitarlas.	Reconozco aquellos sentimientos que generan la discriminación.	Relaciono las actitudes de las personas excluidas o discriminadas, con aquellas que son aceptadas.	Identifico las consecuencias de la discriminación en las personas y en la convivencia escolar.
SOCIOEMOCIONAL	INTERPERSONALES	Reconozco la importancia de los valores de la excelencia, respeto, determinación e igualdad para la Convivencia Ciudadana.	Amistad Inspiración Valor	Reconozco que el temor y la rabia pueden afectar la participación y la armonía en la clase.	Expreso ideas y sentimientos escuchando respetuosamente a los demás.	Reconozco que la disculpa y el perdón son acciones que permiten una mejor relación con el otro.	Reconozco estrategias sencillas de resolución pacífica de conflictos.

Fuente: Competencias Básicas: Tomado del documento Orientaciones Pedagógicas para la Educación Física, Recreación y Deporte (Documento N° 15 MEN 2010)
Competencias Ciudadanas: Tomado del documento Estándares Básicos de Competencias Ciudadanas Formar para la Ciudadanía ¡si es posible! (Serie Guías No. 6 MEN 2005)
Competencias Socioemocionales: Tomado del documento Emociones para la vida Programas de Educación Socioemocional (Guía docente SED 2018)

Tabla 5 Criterios de desempeño ciclo 2

BIMESTRE / COMPETENCIA		COMPONENTES	CRITERIO No. 1 (EXPLORACION)	CRITERIO No. 2 (APROPIACIÓN)	CRITERIO No.3 (DOMINIO)
I BIMESTRE	MOTRIZ	Desarrollo Motor	Realiza variados ejercicios y movimientos de naturaleza técnica acoplados al centro de interés manejando sus segmentos corporales de forma global y segmentaria..	Practica variados ejercicios y movimientos de naturaleza técnica acoplados al centro de interés manejando sus segmentos corporales de forma global y segmentaria.	Controla variados ejercicios y movimientos de naturaleza técnica acoplados al centro de interés manejando sus segmentos corporales de forma global y segmentaria.
		Técnicas del Cuerpo	Ejecuta una diversidad de movimientos básicos que responden a las necesidades técnicas de diferentes disciplinas deportivas.	Trabaja una diversidad de movimientos básicos que responden a las necesidades técnicas de diferentes disciplinas deportivas.	Domina una diversidad de movimientos básicos que responden a las necesidades técnicas de diferentes disciplinas deportivas.
		Condición Física	Identifica las capacidades físicas básicas en la aplicación de juegos y ejercicios adecuados al centro de interés, manteniendo el control y ritmo de su cuerpo.	Reconoce las capacidades físicas básicas en la aplicación de juegos y ejercicios adecuados al centro de interés, manteniendo el control y ritmo de su cuerpo.	Desarrolla las capacidades físicas básicas en la aplicación de juegos y ejercicios adecuados al centro de interés, manteniendo el control y ritmo de su cuerpo.
		Lúdica Motriz	Identifica al juego como una forma lúdica para aprender, socializar y divertirse con sus compañeros.	Reflexiona sobre el juego como una forma lúdica para aprender, socializar y divertirse con sus compañeros.	Reconoce que el juego es una forma lúdica para aprender, socializar y divertirse con sus compañeros
		Lenguajes Corporales	Explora algunas técnicas de expresión corporal trabajadas en el centro de interés, que ayudan a una mejor exteriorización de las emociones en situaciones de jugo y competencia..	Trabaja las técnicas de expresión corporal trabajadas en el centro de interés, que ayudan a una mejor exteriorización de las emociones en situaciones de juego y competencia.	Utiliza técnicas de expresión corporal trabajadas en el centro de interés, que ayudan a una mejor exteriorización de las emociones en situaciones de juego y competencia. .
		Cuidado de sí mismo	Reflexiona acerca los beneficios de los hábitos de higiene y salud, que se deben tener en cuenta antes, durante y después de hacer cualquier actividad física.	Reconoce los beneficios de los hábitos de higiene y salud, que se deben tener en cuenta, antes, durante y después de hacer cualquier actividad física.	Aplica hábitos de higiene y salud, antes, durante y después de hacer cualquier actividad física.
	CIUDADANA	Excelencia	Identifica la práctica deportiva como un medio para el desarrollo de valores.	Reconoce la práctica deportiva como un medio para el desarrollo de valores.	Relaciona la práctica deportiva como un medio para el desarrollo de valores.

	SOCIOEMOCIONAL	Amistad	Experimenta que su estado de ánimo incide de manera positiva o negativa en el desarrollo de actividades lúdico-deportivas.	Relaciona que su estado de ánimo incide de manera positiva o negativa en el desarrollo de actividades lúdico-deportivas.	Manifiesta autocontrol de sus emociones en diferentes situaciones de juego.
II BIMESTRE	**MOTRIZ**	Desarrollo Motor	Ajusta una variedad de patrones motrices con la manipulación de objetos, a través de actividades de juego y ejercicios básicos propios del centro de interés.	Combina una variedad de patrones motrices con la manipulación de objetos, a través de actividades de juego y ejercicios básicos y de fundamentación propios del centro de interés.	Domina una variedad de patrones motrices con la manipulación de objetos, a través de actividades de juego y ejercicios de fundamentación propios del centro de interés.
		Técnicas del Cuerpo	Explora su conciencia y control corporal por medio de actividades de juego de tensión y relajación trabajadas en el centro de interés.	Desarrolla su conciencia y control corporal en actividades de juego de tensión y relajación trabajadas en el centro de interés.	Demuestra conciencia y control corporal por medio de actividades de juego de tensión y relajación trabajadas en el centro de interés.
		Condición Física	Experimenta una variedad de ejercicios, y movimientos precisos para para la fase de calentamiento y la recuperación del cuerpo.	Practica una variedad de ejercicios, y movimientos precisos para para la fase de calentamiento y la recuperación del cuerpo.	Realiza una variedad de ejercicios, y movimientos precisos para para la fase de calentamiento y la recuperación del cuerpo.
		Lúdica Motriz	Reflexiona acerca de las reglas de los juegos y del centro de interés, como medio formativo para empezar a entender las normas que rigen la sociedad y me permiten vivir en comunidad.	Pongo en práctica las reglas de los juegos y del centro de interés, para entender las normas que rigen la sociedad y me permiten vivir en comunidad	Relaciono las reglas de los juegos y del centro de interés, con las normas que rigen la sociedad para vivir en comunidad
		Lenguajes Corporales	Experimenta diversas expresiones lúdicas, de jugo y deportivas , que le permiten el desarrollo del cuerpo y sus funciones expresivas para comunicarse de manera verbal y no verbal.	Practica diversas expresiones lúdicas, de jugo y deportivas que amplían expresión corporal, para comunicarse de manera verbal y no verbal.	Utiliza su corporeidad para comunicarse de manera verbal y no verbal, en diferentes situaciones de juego y en otros contextos.
		Cuidado de sí mismo	Reflexiona acerca de los acuerdos, los tiempos establecidos y otras normas durante el juego y fuera de él, entendiendo que hacen parte de la sana convivencia dentro del centro de interés.	Reconoce que los acuerdos, los tiempos establecidos y otras normas durante el juego y fuera de él, son un pilar fundamental para la sana convivencia dentro del centro de interés.	Cumple con los acuerdos, los tiempos establecidos y otras normas durante el juego y fuera de él, para una sana convivencia dentro del centro de interés.
	CIUDADANA	Respeto	Vivencia el valor del respeto como elemento propio del deporte para interactuar con los demás, valorando sus opiniones y diferencias.	Reconoce el valor del respeto como elemento propio del deporte para interactuar con los demás, valorando sus opiniones y diferencias.	Afianza el valor del respeto como elemento propio del deporte para interactuar con los demás, valorando sus opiniones y diferencias.

	SOCIOEMOCIONAL	Inspiración	Identifica la comunicación asertiva como una forma para fomentar el respeto por sí mismo y por los demás.	Reconoce actitudes de comunicación asertiva como una forma para fomentar el respeto por sí mismo y por los demás.	Manifiesta actitudes de comunicación asertiva como una forma para fomentar el respeto por sí mismo y por los demás.
III BIMESTRE	**MOTRIZ**	Desarrollo Motor	Percibo cambios en mi respiración al realizar diferentes ejercicios y juegos, en donde combino varios patrones de movimiento con intensidades variadas.	Regulo mi respiración al realizar diferentes ejercicios y juegos, en donde combino varios patrones de movimiento con intensidades variadas.	**Controlo mi respiración realizar diferentes ejercicios juegos, en donde combino vari patrones de movimiento c intensidades variadas.**
		Técnicas del Cuerpo	Participa en juegos, formas jugadas y pre deportivos habilidades, destrezas y reglas, que lo aproximan a los fundamentos propios del deporte.	Relaciona juegos, formas jugadas y pre deportivos habilidades, destrezas y reglas, ciertos fundamentos propios del deporte.	Aplica en juegos pre deportivos habilidades, destrezas y reglas, los fundamentos trabajados propios del deporte.
		Condición Física	Desarrolla sus capacidades físicas de manera pertinente, armoniosa y continua; por medio de la práctica de diferentes juegos y ejercicios propuestos en el centro de interés.	Progresa en el desarrollo de sus capacidades físicas de manera pertinente, armoniosa y continua; por medio de la práctica de diferentes juegos y ejercicios propuestos en el centro de interés.	Ejercita el desarrollo de sus capacidades físicas de manera pertinente, armoniosa y continua; por medio de la práctica de diferentes juegos y ejercicios propuestos en el centro de interés.
		Lúdica Motriz	Se integra a través del juego, se relaciona con los otros, respeta las normas y emplea el cuerpo como eje de comunicación.	Expresa que a través del juego, se relaciona con los otros, respeta las normas y emplea el cuerpo como eje de comunicación y enseñanza.	Exterioriza que a través del juego, se relaciona con los otros, respeta las normas y emplea el cuerpo como eje de comunicación, enseñanza y desarrollo.
		Lenguajes Corporales	Utiliza su cuerpo y el movimiento como medio de expresión y comunicación en situaciones diversas.	Controla su cuerpo y organiza movimientos determinados como medio de expresión y comunicación en situaciones diversas y específicas.	Maneja su cuerpo y establece movimientos precisos como medio de expresión y comunicación en situaciones diversas y específicas.
		Cuidado de sí mismo	Identifica las instalaciones, materiales, elementos, normas de seguridad y uso y de los escenarios y su entorno.	Reconoce las instalaciones, materiales, elementos, normas de seguridad, y uso de los escenarios y su entorno.	Preserva las instalaciones, materiales, elementos, normas de seguridad y uso de los escenarios y su entorno.
	CIUDADANA	Determinación	Identifica actitudes de determinación través de actividades lúdico-deportivas como un instrumento de sana convivencia entre los estudiantes.	Manifiesta actitudes de determinación a través de actividades lúdico-deportivas como un instrumento de sana convivencia entre los estudiantes.	Evidencia actitudes de determinación a través de actividades lúdico-deportivas como un instrumento de sana convivencia entre los estudiantes.

	SOCIOEMOCIONAL	Valor	Experimenta actitudes de valor y tolerancia como vía para facilitar las relaciones con otros.	Reconoce actitudes de valor y tolerancia como vía para facilitar las relaciones con otros.	Desarrolla actitudes de valor y tolerancia como vía para facilitar las relaciones con otros.
IV BIMESTRE	**MOTRIZ**	Desarrollo Motor	Ajusta diferentes posiciones y posturas corporales que se asemejan a las propias de la técnica de movimiento del deporte.	Practica diferentes posiciones posturas corporales que s asemejan a las propias de la técni de movimiento del deporte.	Emplea en el juego diferentes posiciones y posturas corporales que se asemejan a las propias de la técnica de movimiento del deporte.
		Técnicas del Cuerpo	Manifiesta creatividad en la ejecución de juegos y actividades deportivas que ha indagado o practicado en su comunidad.	Participa con interés e iniciativa en la ejecución de juegos y actividades deportivas que practica en su comunidad y las promueve.	Utiliza las técnicas de movimiento aprendidas en el centro de interés y las pone en práctica cuando participa en su comunidad.
		Condición Física	Identifica los conceptos de fuerza, velocidad, resistencia y flexibilidad, y los experimenta por medio de la práctica de expresiones motrices, juegos, ejercicios y movimientos técnicos ajustados al centro de interés.	Distingue las percepciones conceptuales de fuerza, velocidad, resistencia y flexibilidad, y los desarrolla por medio de la práctica de expresiones motrices, juegos, ejercicios y movimientos técnicos ajustados al centro de interés.	Aplica los conceptos de fuerza, velocidad, resistencia y flexibilidad, adecuadamente en juegos de aplicación específicos del centro de interés.
		Lúdica Motriz	Se interesa por participar en juegos recreativos, lúdicos y deportivos, que estimulen la creatividad y la capacidad intelectual.	Participa en juegos recreativos, lúdicos y deportivos; motivando la creatividad y la capacidad intelectual.	Participa y se interesa en juegos recreativos, lúdicos y deportivos; que promueven la creatividad y otras capacidades intelectuales y cognitivas.
		Lenguajes Corporales	Identifica que sus estados de ánimo y sus emociones afectan su desempeño en el desarrollo de juegos y ejercicios.	Relaciona sus estados de ánimo y sus emociones con su desempeño en el desarrollo de juegos y ejercicios.	Controla sus estados de ánimo y sus emociones para el buen desarrollo de juegos y ejercicios.
		Cuidado de sí mismo	Participa en juegos libres, dirigidos y recreativos, conservando el respeto por sus compañeros y las normas de juego.	Desarrolla con autonomía juegos libres, dirigidos y recreativos, conservando el respeto por sus compañeros y las normas de juego.	Práctica de manera emprendedora juegos libres, dirigidos y recreativos, conservando el respeto por sus compañeros y las normas de juego.
	CIUDADANA	Igualdad	Vivencia relaciones de igualdad basadas en el respeto con compañeros y formadores.	Maneja relaciones de igualdad basadas en el respeto con compañeros y formadores.	Genera relaciones de igualdad basadas en el respeto con compañeros y formadores.
	SOCIOEMOCIONAL	Amistad	Vivencia actitudes de valor y tolerancia en la resolución de conflictos en situaciones de juegos.	Maneja actitudes de valor y tolerancia en la resolución de conflictos en situaciones de juegos.	Integra de manera actitudes de valor y tolerancia para la resolución de conflictos en situaciones de juegos.

Fuente: Construcción propia componente pedagógico-social TEC, 2019.

Tabla 6 Desempeños ciclo 3

ENFOQUE DE COMPETENCIAS	COMPETENCIAS A DESARROLLAR	COMPETENCIA ANUAL	COMPONENTES	DESEMPEÑOS			
				PRIMER PERÍODO	SEGUNDO PERÍODO	TERCER PERÍODO	CUARTO PERÍODO
BASICA: Especificas Del área de educación física	MOTRIZ	Combino las técnicas y tácticas de movimiento en diversas situaciones y contextos.	Desarrollo Motor	Controlo el movimiento en diversos espacios, al desplazarme y manipular objetos.	Realizo secuencias de movimiento con duración y simetría preestablecidas.	Perfecciono posturas corporales propias de las técnicas de movimiento y los efectos fisiológicos de la respiración en el desarrollo de la actividad física.	Relaciono las variaciones del crecimiento de mi cuerpo con la realización de movimientos técnicos.
			Técnicas del Cuerpo	Combino diferentes movimientos técnicos en la realización de prácticas deportivas.	Combino técnicas de tensión, relajación y control corporal.	Reconozco mis fortalezas y limitaciones en la exploración de movimientos técnicos.	Identifico tácticas a partir de la práctica deportiva y sus reglas.
			Condición Física	Comprendo los conceptos de las pruebas que miden mi capacidad física y hago aplicación de ellas.	Comprendo los conceptos de las capacidades físicas, al participar en actividades propias de cada una de ellas.	Reconozco procedimientos para realizar el calentamiento y recuperación en la actividad física.	Relaciono la práctica de la actividad física y los hábitos saludables.
			Lúdica Motriz	Interpreto situaciones de juego y propongo diversas soluciones.	Contribuyo a la conformación equitativa de los grupos de juego.	Soy tolerante ante las diferentes circunstancias que me presenta el juego para contribuir a su desarrollo.	Participo en los juegos desarrollados con actitud empática.
	EXPRESIVA CORPORAL	Comprendo diferentes técnicas de expresión corporal para la manifestación de emociones.	Lenguajes Corporales	Comprendo diferentes técnicas de expresión corporal para la manifestación de mis emociones en situaciones de juego y actividad física.	Ejecuto actividades y prácticas lúdicas.	Ajusto mis movimientos a diferentes ritmos.	Relaciono mis emociones con estados fisiológicos de mi cuerpo (sudoración, agitación, alteraciones de la frecuencia cardiaca y respiratoria).
	AXIOLÓGICA CORPORAL	Comprendo el valor que tiene la actividad física para la formación personal.	Cuidado de sí mismo	Comprendo que la práctica física se refleja en mi calidad de vida.	Comprendo la importancia de mi tiempo para la actividad física y el juego.	Aplico las variables: tipo de ejercicio, duración, intensidad frecuencia, indicaciones y contraindicaciones en la práctica del ejercicio físico.	Procuro cuidar mi postura en la práctica de la actividad física y la vida cotidiana

ENFOQUE DE COMPETENCIAS	COMPETENCIAS A DESARROLLAR	COMPETENCIA ANUAL	COMPONENTES	DESEMPEÑOS			
				PRIMER PERÍODO	SEGUNDO PERÍODO	TERCER PERÍODO	CUARTO PERÍODO
CIUDADANA	INTEGRADORAS: Eje Pluralidad, Identidad y Valoración de las Diferencias.	Comprendo la importancia de los valores de la excelencia, respeto, determinación e igualdad para la Convivencia Ciudadana.	Excelencia Determinación	Desarrollo las actividades planteadas en los tiempos establecidos, esforzándome por sobresalir en mi ejecución.	Corrijo mis errores y procuro desarrollar adecuadamente las actividades planteadas.	Comprendo que las normas ayudan a promover el buen trato en mi ejecución de las actividades.	Favorezco el desarrollo propio y de los otros en el desarrollo de las actividades planteadas.
			Respeto Igualdad	Identifico situaciones de discriminación que ocurrieron en el pasado y las relaciona con las que observo en la vida cotidiana.	Comprendo que la discriminación y la exclusión pueden tener consecuencias sociales negativas.	Expreso mi punto de vista frente a situaciones de exclusión o discriminación y adopto una postura frente a ellas.	Hago uso de diferentes mecanismos que promueven el respeto por la diversidad.
SOCIOEMOCIONAL	Autoconocimiento Relaciones interpersonales Toma de decisiones	Comprendo la importancia de los valores de la amistad, inspiración y valor en las relaciones con el otro	Amistad Inspiración Valor	Manifiesto mi punto de vista cuando se toman decisiones colectivas.	Expongo razones y escucho las posiciones de los demás.	Construyo relaciones pacíficas que contribuyen a una mejor relación con los demás.	Reconozco algunos mecanismos para enfrentar los conflictos.

Fuente: Competencias Básicas: Tomado del documento Orientaciones Pedagógicas para la Educación Física, Recreación y Deporte (Documento N° 15 MEN 2010)
Competencias Ciudadanas: Tomado del documento Estándares Básicos de Competencias Ciudadanas Formar para la Ciudadanía ¡si es posible! (Serie Guías No. 6 MEN 2005)
Competencias Socioemocionales: Tomado del documento Emociones para la vida Programas de Educación Socioemocional (Guía docente SED 2018)

Tabla 7 Criterios de desempeño ciclo 3

BIMESTRE / COMPETENCIA		COMPONENTES	CRITERIO No. 1 (EXPLORACION)	CRITERIO No. 2 (APROPIACIÓN)	CRITERIO No.3 (DOMINIO)
I BIMESTRE	MOTRIZ	Desarrollo Motor	Ajusto los movimientos de mi Cuerpo en la manipulación de objetos.	Realizo los movimientos de mi Cuerpo en la manipulación de objetos.	Demuestro los movimientos de mi cuerpo en la manipulación de objetos.
		Técnicas del Cuerpo	Realiza y combina las diferentes condiciones físicas y técnicas por medio de expresiones motrices individuales.	Ejecuta y analiza las diferentes condiciones físicas y técnicas por medio de expresiones motrices individuales.	Domina las diferentes condiciones físicas y técnicas por medio de expresiones motrices individuales.
		Condición Física	Identifica sus capacidades físicas en la realización de ejercicios físicos y juegos.	Afianza sus capacidades físicas en la realización de ejercicios físicos y juegos.	Demuestra sus capacidades físicas en la realización de ejercicios físicos y juegos.
		Lúdica Motriz	Conoce los diferentes tipos de comunicación y los emplea en situaciones de juego.	Comprende los diferentes tipos de comunicación y los emplea en situaciones de juego.	Lidera los diferentes tipos de comunicación y los emplea en situaciones de juego.
		Lenguajes Corporales	Identifico las prácticas deportivas y recreativas de mi gusto y comparto con mis compañeros.	Interpreta y ejecuto prácticas deportivas y recreativas de mi gusto y comparto con mis compañeros.	Participo de las prácticas deportivas y recreativas de mi gusto y comparto con mis compañeros.
		Cuidado de sí mismo	Conoce y utiliza el adecuado uso del tiempo de juego y actividad física, en beneficio de la calidad de vida.	Comprende el adecuado uso del tiempo de juego y actividad física, en beneficio de la calidad de vida.	Demuestra interés por el adecuado uso del tiempo de juego y actividad física, en beneficio de la calidad de vida.
	CIUDADANA	Excelencia	Identifica que cuando las personas son discriminadas, su autoestima y sus relaciones con los demás se ven afectadas.	Comprende que cuando las personas son discriminadas, su autoestima y sus relaciones con los demás se ven afectadas.	Aplica estrategias a través del respeto entre pares para evitar todo tipo de discriminación en su entorno.
	SOCIOEMOCIONAL	Amistad	Explora habilidades comunicativas y de cooperación para manifestar su punto de vista cuando se toman decisiones colectivas.	Relaciona habilidades comunicativas y de cooperación para manifestar su punto de vista cuando se toman decisiones colectivas.	Manifiesta habilidades comunicativas y de cooperación para manifestar su punto de vista cuando se toman decisiones colectivas.
II BIMESTRE	MOTRIZ	Desarrollo Motor	Reconoce sus posibilidades de movimiento y las condiciones propias en la ejecución de expresiones motrices	Explora sus posibilidades de movimiento y las condiciones propias en la ejecución de expresiones motrices	Domina sus posibilidades de movimiento y las condiciones propias en la ejecución de expresiones motrices
		Técnicas del Cuerpo	Explora esquemas o secuencias de movimiento con control corporal de manera espontáneos o guiados.	Controla esquemas y secuencias de movimiento con control corporal de manera espontáneos o guiados.	Construye y domina esquemas y secuencias de movimiento con control corporal de manera espontánea o guiados.

		Condición Física	Reconoce los cambios y desarrollo de las respuestas físicas manifestadas dentro de las actividades de los centros de interés.	Interpreta los cambios y desarrollo de las respuestas Físicas manifestadas dentro de las actividades de los centros de interés.	Comprende los cambios y desarrollo de las respuestas Físicas manifestadas dentro de las actividades de los centros de interés.
		Lúdica Motriz	Identifica la importancia de conocer y aplicar las normas y Condiciones de juego en el desarrollo de los centros de interés.	Interpreta la importancia de conocer y aplicar las normas y Condiciones de juego en el desarrollo de los centros de interés.	Comprende la importancia de conocer y aplicar las normas y Condiciones de juego en el desarrollo de los centros de interés.
		Lenguajes Corporales	Identifica cómo la práctica Lúdica incide favorablemente en su desarrollo físico.	Reconoce cómo la práctica Lúdica incide favorablemente en su desarrollo físico.	Evidencia cómo la práctica Lúdica incide favorablemente en su desarrollo físico.
		Cuidado de sí mismo	Reconoce la actividad física como una forma para mejorar su salud y bienestar.	Comprende la actividad física como una forma para mejorar su salud y bienestar.	Valora y disfruta la actividad física como una Forma para mejorar su salud y bienestar.
	CIUDADANA	Respeto	Vivencia que las normas de convivencia ciudadana ayudan a evitar situaciones de exclusión y discriminación.	Reconoce que las normas de convivencia ciudadana ayudan a evitar situaciones de exclusión y discriminación.	Evidencia que las normas de convivencia ciudadana ayudan a evitar situaciones de exclusión y discriminación.
	SOCIOEMOCIONAL	Inspiración	Explora habilidades de aprendizaje cooperativo y comunicación asertiva en diferentes contextos y situaciones de tensión.	Aplica habilidades de aprendizaje cooperativo y comunicación asertiva en diferentes contextos y situaciones tensión.	Desarrolla habilidades de aprendizaje cooperativo y comunicación asertiva en diferentes situaciones.
III BIMESTRE	**MOTRIZ**	Desarrollo Motor	Identifica las diferentes acciones motrices que le permiten conocer su condición y su respuesta fisiológica en la ejecución de los diferentes elementos.	Explora las diferentes accion motrices que le permiten conocer condición y su respuesta fisiológi en la ejecución de los diferent elementos.	Domina las diferentes acciones motrices que le permiten conocer su condición y su respuesta fisiológica en la ejecución de los diferentes elementos.
		Técnicas del Cuerpo	Explora la ejecución de formas y técnicas de movimiento en diferentes prácticas motrices y deportivas	Controla la ejecución de formas y técnicas de movimiento en diferentes prácticas motrices y deportivas	Domina la ejecución de formas y técnicas de movimiento en diferentes prácticas motrices y deportivas
		Condición Física	Identifica movimientos y actividades de calentamiento y recuperación en la actividad física.	Reconoce movimientos y actividades de calentamiento y recuperación en la actividad física.	Aplica movimientos y actividades de calentamiento y recuperación en la actividad física.
		Lúdica Motriz	Reconoce a sus compañeros como constructores de juego y es tolerante frente a las situaciones que se presentan en el desarrollo del centro de interés	Comprende a sus compañeros como constructores de juego y es tolerante frente a las situaciones que se presentan en el desarrollo del centro de interés	Aporta a sus compañeros como constructores de juego y es tolerante frente a las situaciones que se presentan en el desarrollo del centro de interés

		Lenguajes Corporales	Explora secuencias de movimientos con pequeños elementos y ritmos de forma individual y grupal.	Realiza secuencias de movimientos con pequeños elementos y ritmos de forma individual y grupal.	Domina secuencias de movimientos con pequeños elementos y ritmos de forma individual y grupal.
		Cuidado de sí mismo	Reconoce las diferentes condiciones físicas en las diversas prácticas corporales.	Desarrolla las diferentes condiciones físicas en las diversas prácticas corporales.	Muestra las diferentes condiciones físicas en las diversas prácticas corporales.
	CIUDADANA	Determinación	Identifica que existen diversas formas de exclusión, discriminación y sigue estrategias para impedir con sus acciones dicha situación a través de los valores respeto y excelencia.	Reconoce que existen diversas formas de exclusión, discriminación y sigue estrategias para impedir con sus acciones dicha situación a través de los valores respeto y excelencia.	Aplica estrategias para impedir situaciones de exclusión y discriminación a través de los valores respeto y excelencia.
	SOCIOEMOCIONAL	Valor	Vivencia relaciones pacíficas a través de la amistad, comunicación asertiva y el trabajo en equipo para ser capaces de resolver problemáticas en la convivencia cotidiana.	Maneja relaciones pacíficas a través de la amistad, comunicación asertiva y el trabajo en equipo para ser capaces de resolver problemáticas en la convivencia cotidiana.	Genera relaciones pacíficas a través de la amistad, comunicación asertiva y el trabajo en equipo para ser capaces de resolver problemáticas en la convivencia cotidiana.
IV BIMESTRE	**MOTRIZ**	Desarrollo Motor	Interpreta diferentes movimientos técnicos en la realización de su centro de interés.	Comprende diferentes movimientos técnicos en la realización de su centro de interés.	Combina diferentes movimientos técnicos en la realización de su centro de interés.
		Técnicas del Cuerpo	Relaciona coherentemente los movimientos técnicos y las capacidades individuales necesarias para su destreza.	Interpreta coherentemente los movimientos técnicos y las capacidades individuales necesarias para su destreza.	Comprende coherentemente los movimientos técnicos y las capacidades individuales necesarias para su destreza.
		Condición Física	Interpreta la práctica de la actividad física como hábito saludable y la asume como parte de su vida diaria.	Reconoce la práctica de la actividad física como hábito saludable y la asume como parte de su vida diaria.	Valora la práctica de la actividad física como hábito saludable y la asume como parte de su vida diaria.
		Lúdica Motriz	Comprende sus posibilidades de Expresión empática con los compañeros de grupo.	Construye sus posibilidades de Expresión empática con los compañeros de grupo.	Asume sus posibilidades de expresión empática con los compañeros de grupo.
		Lenguajes Corporales	Reconoce los cambios y desarrollo de las respuestas fisiológicas manifestadas dentro de la actividad física.	Ejecuta los cambios y desarrollo de las respuestas fisiológicas manifestadas dentro de la actividad física.	Valora los cambios y desarrollo de las respuestas Fisiológicas manifestadas dentro de la actividad física.
		Cuidado de sí mismo	Controla adecuadamente ejercicios y juegos que requieren de un buen ajuste postural.	Ejecuta adecuadamente ejercicios y juegos que requieren de un buen ajuste postural.	Domina adecuadamente ejercicios y juegos que requieren de un buen ajuste postural.

	CIUDADANA	Igualdad	Vivencia a través de las actividades planteadas el uso de mecanismos que promuevan la igualdad y el respeto por la diversidad.	Aplica a través de las actividades planteadas el uso de mecanismos que promuevan la igualdad y el respeto por la diversidad.	Evidencia a través de las actividades planteadas el uso de mecanismos que promuevan la igualdad y el respeto por la diversidad.
	SOCIOEMOCIONAL	Amistad	Identifica habilidades para manejar pacifica, constructiva y creativamente los conflictos a través de la amistad, cooperación y comunicación asertiva.	Ejercita habilidades para manejar pacifica, constructiva y creativamente los conflictos a través de la amistad, cooperación y comunicación asertiva.	Integra habilidades para manejar pacifica, constructiva y creativamente los conflictos a través de la amistad, cooperación y comunicación asertiva.

Fuente: Construcción propia componente pedagógico-social TEC, 2019

Tabla 8 Desempeños ciclo 4

ENFOQUE DE COMPETENCIAS	COMPETENCIAS A DESARROLLAR	COMPETENCIA ANUAL	COMPONENTES	DESEMPEÑOS			
				PRIMER PERÍODO	SEGUNDO PERÍODO	TERCER PERÍODO	CUARTO PERÍODO
BASICA: Especificas Del área de educación física	MOTRIZ	Selecciono técnicas de movimiento para perfeccionar mi ejecución	Desarrollo Motor	Selecciono movimientos de desplazamiento y manipulación.	Combino movimientos con uso de elementos.	Controlo la respiración y la relajación en situaciones de actividad física.	Cuido mi postura corporal desde principios anatómicos en la realización de movimientos.
			Técnicas del Cuerpo	Domino la ejecución de formas técnicas de movimiento de diferentes prácticas motrices y deportivas.	Realizo esquemas de movimiento con diferentes fundamentos o movimientos fijados.	Comprendo las exigencias técnicas y tácticas en la práctica y el juego.	Ejercito técnicas de actividades físicas alternativas, en buenas condiciones de seguridad.
			Condición Física	Identifico métodos para el desarrollo de cada una de mis capacidades físicas y los aplico.	Comprendo las razones biológicas del calentamiento y recuperación y las aplico.	Comprendo la importancia de la actividad física para una vida saludable.	Aplico procedimientos de actividad física y pausas de descanso para controlar la fatiga en la realización de actividades físicas.
			Lúdica Motriz	Decido las acciones más efectivas para resolver las diversas situaciones del juego.	A propio las reglas de juego y las modifico, si es necesario.	Establezco relaciones de empatía con los compañeros para preservar el momento de juego.	Comprendo las características del juego y las pongo en práctica para su realización.
	EXPRESIVA CORPORAL	Selecciono las técnicas de expresión corporal para la manifestación de emociones y pensamientos en diferentes contextos.	Lenguajes Corporales	Selecciono técnicas de expresión corporal para la manifestación y el control de mis emociones, en situaciones de juego y actividad física.	Propongo secuencias de movimiento, que se ajusten a las necesidades de la actividad o del juego.	Participo en la ejecución y organización de esquemas de movimiento creativos.	Logro manejar los estados de ansiedad, usando técnicas de respiración y relajación.
	AXIOLÓGICA CORPORAL	Tomo decisiones sobre los aspectos	Cuidado de sí mismo	Reconozco el valor que tiene el juego y la actividad física como parte de mi	Reconozco mis potencialidades para realizar actividad	Reconozco el estado de mi condición física, interpretando los	Reconoce la importancia de la formación de hábitos de

ENFOQUE DE COMPETENCIAS	COMPETENCIAS A DESARROLLAR	COMPETENCIA ANUAL	COMPONENTES	DESEMPEÑOS			
				PRIMER PERÍODO	SEGUNDO PERÍODO	TERCER PERÍODO	CUARTO PERÍODO
		fundamentales dela actividad física para la formación personal.		formación.	física orientada hacia mi salud.	resultados de las mismas.	postura e higiene corporal.
CIUDADANA	INTEGRADORAS: Eje Pluralidad, Identidad y Valoración de las Diferencias.	Aplico los valores de la excelencia, respeto, determinación e igualdad en la Convivencia Ciudadana.	Excelencia Determinación	Promuevo la responsabilidad en el desarrollo de las actividades trabajadas.	Modifico y oriento mis acciones para cumplir de manera sobresaliente en la ejecución de las actividades planteadas.	Busco generar mecanismos de solución en la ejecución de las actividades planteadas.	Empleo estrategias creativas para generar opciones frente al cumplimento de actividades del grupo.
			Respeto Igualdad	Identifico y comprendo los prejuicios y estereotipos en mi entorno social.	Expreso mi posición ante situaciones de discriminación y exclusión.	Busco generar mecanismos de solución ante situaciones de exclusión o discriminación.	Promuevo el cumplimiento de las normas y acuerdos para la generación de un clima agradable y el respeto.
SOCIOEMOCIONAL	Autoconocimiento Relaciones interpersonales Toma de decisiones	Aplico de los valores de la amistad, inspiración y valor en las relaciones con el otro.	Amistad Inspiración Valor	Promuevo el dialogo y la transmisión de ideas u opiniones con otros.	Expreso emociones y opiniones en contextos adecuados, preocupándome por respetar al otro.	Construyo relaciones sociales con base en la amistad y el reconocimiento a la diferencia y la dignidad.	Conozco y utilizo mecanismos para la resolución de conflictos.

Fuente: Competencias Básicas: Tomado del documento Orientaciones Pedagógicas para la Educación Física, Recreación y Deporte (Documento N° 15 MEN 2010)
Competencias Ciudadanas: Tomado del documento Estándares Básicos de Competencias Ciudadanas Formar para la Ciudadanía ¡si es posible! (Serie Guías No. 6 MEN 2005)
Competencias Socioemocionales: Tomado del documento Emociones para la vida Programas de Educación Socioemocional (Guía docente SED 2018)

Tabla 9 Criterios de desempeño ciclo 4

BIMESTRE / COMPETENCIA		COMPONENTES	CRITERIO No. 1 (EXPLORACION)	CRITERIO No. 2 (APROPIACIÓN)	CRITERIO No.3 (DOMINIO)
I BIMESTRE	MOTRIZ	Desarrollo Motor	Identifica movimientos que generan amplitud, destreza y autonomía de movimientos.	Ejecuta movimientos que generan amplitud, destreza y autonomía de movimientos.	Refuerza movimientos que generan amplitud, destreza y autonomía de movimientos.
		Técnicas del Cuerpo	Explora la ejecución de formas y técnicas de movimiento en diferentes prácticas motrices y deportivas.	Controla la ejecución de formas y técnicas de movimiento en diferentes prácticas motrices y deportivas.	Domina la ejecución de formas y técnicas de movimiento en diferentes prácticas motrices y deportivas.
		Condición Física	Identifica su condición física a partir de la realización de pruebas específicas.	Reconoce su condición física a partir de la realización de pruebas específicas.	Evalúa su condición física a partir de la realización de pruebas específicas.
		Lúdica Motriz	Identifica y coopera en juegos grupales respetando los roles, la individualidad y el género.	Explora y participa en juegos grupales respetando los roles, la individualidad y el género.	Controla y aporta en juegos grupales respetando los roles, la individualidad y el género.
		Lenguajes Corporales	Identifica las acciones más efectivas para resolver las diversas situaciones del juego.	Práctica las acciones más efectivas para resolver las diversas situaciones del juego.	Valora las acciones más efectivas para resolver las diversas situaciones del juego.
		Cuidado de sí mismo	Reconoce que las actividades deportivas propuestas le generan bienestar y disfrute.	Comprende que las actividades deportivas propuestas, le generan bienestar y disfrute.	Refuerza y valora las actividades deportivas propuestas que le generan bienestar y disfrute.
	CIUDADANA	Excelencia	Identifica los prejuicios y estereotipos en su entorno social siguiendo estrategias para no formar una opinión sin el conocimiento necesario a través del respeto, excelencia y responsabilidad para aceptar a sus compañeros tal y como son.	Vivencia los prejuicios y estereotipos en su entorno social siguiendo estrategias para no formar una opinión sin el conocimiento necesario a través del respeto, excelencia y responsabilidad para aceptar a sus compañeros tal y como son.	Maneja los prejuicios y estereotipos en su entorno social siguiendo estrategias para no formar una opinión sin el conocimiento necesario a través del respeto, excelencia y responsabilidad para aceptar a sus compañeros tal y como son.
	SOCIOEMOCIONAL	Amistad	Vivencia que el dialogo y el intercambio de ideas u opiniones con sus pares a través de la amistad, comunicación asertiva y el trabajo en equipo contribuyen al progreso del grupo	Reconoce que el dialogo y el intercambio de ideas u opiniones con sus pares a través de la amistad, comunicación asertiva y el trabajo en equipo contribuyen al progreso del grupo	Relaciona que el dialogo y el intercambio de ideas u opiniones con sus pares a través de la amistad, comunicación asertiva y el trabajo en equipo contribuyen al progreso del grupo
II BIMESTRE	MOTRIZ	Desarrollo Motor	Exploro diversidad de actividades físicas que estén de acuerdo con mis	Desarrollo diversidad de actividades físicas que estén de acuerdo con mis posibilidades de	Domina diversidad de actividades físicas que estén de acuerdo con mis posibilidades

			posibilidades de movimiento con el uso de elementos.	movimiento con el uso de elementos.	de movimiento con el uso de elementos.
		Técnicas del Cuerpo	Identifica las diferentes técnicas del cuerpo a partir de diferentes situaciones de juego y las Posibilidades de su desarrollo.	Ejecuta las diferentes técnicas del cuerpo a partir de diferentes situaciones de juego y las posibilidades de su desarrollo.	Domina las diferentes técnicas del cuerpo a partir de diferentes situaciones de juego y las posibilidades de su desarrollo.
		Condición Física	Exploro cambios fisiológicos que se presentan entre actividad física – pausa - actividad física.	Expreso cambios fisiológicos que se presentan entre actividad física – pausa - actividad física.	Atiendo cambios fisiológicos que se presentan entre actividad física - pausa - actividad física.
		Lúdica Motriz	Respeta las normas establecidas en la realización de juegos.	Participa y tiene en cuenta las normas establecidas en la realización de juegos.	Aporta y modifica las normas establecidas en la realización de juegos.
		Lenguajes Corporales	Conoce formas básicas de movimiento y sus combinaciones en situaciones de juego.	Realiza formas básicas de movimiento y sus combinaciones en situaciones de juego.	Domina las formas básicas de movimiento y sus combinaciones en situaciones de juego.
		Cuidado de sí mismo	Identifica la importancia de la actividad física para la salud.	Reconoce la importancia de la actividad física para la salud.	Valora la importancia de la actividad física para la salud.
	CIUDADANA	Respeto	Explora los conceptos de discriminación y/o exclusión expresando su posición y sus consecuencias sociales negativas por medio del respeto y la excelencia	Comprende los conceptos de discriminación y/o exclusión expresando su posición y sus consecuencias sociales negativas por medio del respeto y la excelencia	Maneja los conceptos de discriminación y/o exclusión expresando su posición y sus consecuencias sociales negativas por medio del respeto y la excelencia
	SOCIOEMOCIONAL	Inspiración	Identifica actividades de reconocimiento de emociones donde se involucre el lenguaje verbal y no verbal para comunicar el estado de nuestro organismo y sus intenciones de comportamiento a los integrantes del grupo.	Aplica actividades de reconocimiento de emociones donde se involucre el lenguaje verbal y no verbal para comunicar el estado de nuestro organismo y sus intenciones de comportamiento a los integrantes del grupo.	Desarrolla actividades de reconocimiento de emociones donde se involucre el lenguaje verbal y no verbal para comunicar el estado de nuestro organismo y sus intenciones de comportamiento a los integrantes del grupo.
III BIMESTRE	**MOTRIZ**	Desarrollo Motor	Identifica las diferentes acciones motrices que le permiten conocer su condición y su respuesta fisiológica en la ejecución de los diferentes elementos.	Explora las diferentes accion motrices que le permiten conocer condición y su respuesta fisiológi en la ejecución de los diferent elementos.	Domina las diferentes acciones motrices que le permiten conocer su condición y su respuesta fisiológica en la ejecución de los diferentes elementos.
		Técnicas del Cuerpo	Reconoce y aplica una adecuada técnica y los gestos motrices son propios del centro de interés.	Controla y aplica una adecuada técnica y los gestos motrices son propios del centro de interés.	Domina y aplica una adecuada técnica y los gestos motrices son propios del centro de interés.

		Condición Física	Comprende la importancia de la práctica deportiva como una oportunidad de vida saludable.	Reconoce la importancia de la práctica deportiva como una oportunidad de vida saludable.	Valora la importancia de la práctica deportiva como una oportunidad de vida saludable.
		Lúdica Motriz	Manifiesta interés por establecer relaciones de empatía y convivencia favorables para el desarrollo del centro de interés.	Comprende la importancia por establecer relaciones de empatía y convivencia favorables para el desarrollo del centro de interés.	Muestra interés por establecer relaciones de empatía y convivencia favorables para el desarrollo del centro de interés.
		Lenguajes Corporales	Identifica y planifica acciones diversas y dinámicas que permitan innovación y creatividad en los hábitos de vida.	Aplica acciones diversas y dinámicas que permitan innovación y creatividad en los hábitos de vida.	Fomenta acciones diversas y dinámicas que permitan innovación y creatividad en los hábitos de vida.
		Cuidado de sí mismo	Reconoce sus conocimientos sobre la relación de la actividad física, en el uso de una buena condición física.	Aplica sus conocimientos sobre la relación de la actividad física, en el uso de una buena condición física.	Valora sus conocimientos sobre la relación de la actividad física, en el uso de una buena condición física.
	CIUDADANA	Determinación	Vivencia a través del valor de determinación mecanismos de solución ante situaciones de exclusión, discriminación y la intolerancia a la diferencia.	Aplica a través del valor de determinación mecanismos de solución ante situaciones de exclusión, discriminación y la intolerancia a la diferencia.	Genera a través del valor de determinación mecanismos de solución ante situaciones de exclusión, discriminación y la intolerancia a la diferencia.
	SOCIOEMOCIONAL	Valor	Identifica habilidades sociales y relaciones interpersonales satisfactorias con base en la amistad y el respeto por la diversidad, diferencia y la dignidad humana.	Construye habilidades sociales y relaciones interpersonales satisfactorias con base en la amistad y el respeto por la diversidad, diferencia y la dignidad humana.	Integra habilidades sociales y relaciones interpersonales satisfactorias con base en la amistad y el respeto por la diversidad, diferencia y la dignidad humana.
IV BIMESTRE	**MOTRIZ**	Desarrollo Motor	Identifica técnicas de movimientos Centralizados, que permitan percibir los efectos de estos en su cuerpo.	Reconoce técnicas de movimientos centralizados, que permitan percibir los efectos de estos en su cuerpo.	Propone técnicas de movimientos centralizados, que permitan percibir los efectos de estos en mi cuerpo.
		Técnicas del Cuerpo	Reconoce la actividad física y sigue parámetros técnicos, físicos y de seguridad.	Comprende la actividad física y sigue parámetros técnicos, físicos y de seguridad.	Resuelve la actividad física y sigue parámetros técnicos, físicos y de seguridad.
		Condición Física	Exploro cambios fisiológicos que se presentan entre actividad física – pausa - actividad física.	Expreso cambios fisiológicos que se presentan entre actividad física – pausa - actividad física.	Atiendo cambios fisiológicos que se presentan entre actividad física - pausa - actividad física.
		Lúdica Motriz	Identifica los juegos como un espacio para la recreación, uso del tiempo libre y su desarrollo humano.	Asume los juegos como un espacio para la recreación, uso del tiempo libre y su desarrollo humano.	Aporta los juegos como un espacio para la recreación, uso del tiempo libre y su desarrollo humano.
		Lenguajes Corporales	Reconoce acciones que aportan al buen desarrollo de las actividades.	Aplica acciones que aportan al buen desarrollo de las actividades.	Coopera en acciones que aportan al buen desarrollo de las actividades.

		Cuidado de sí mismo	Reconoce la promoción de la salud como estrategia para contribuir a la salud colectiva.	Expresa la promoción de la salud como estrategia para contribuir a la salud colectiva.	Valora la promoción de la salud como estrategia para contribuir a la salud colectiva.
	CIUDADANA	Igualdad	Vivencia a través del cumplimiento de las actividades planteadas estrategias que promuevan normas y acuerdos para la generación de un clima agradable y sana convivencia.	Reconoce a través del cumplimiento de las actividades planteadas estrategias que promuevan normas y acuerdos para la generación de un clima agradable y sana convivencia.	Aplica a través del cumplimiento de las actividades planteadas estrategias que promuevan normas y acuerdos para la generación de un clima agradable y sana convivencia.
	SOCIOEMOCIONAL	Amistad	Vivencia procesos y técnicas de resolución de conflictos fomentando el dialogo y el entendimiento entre sus compañeros y compañeras	Aplica procesos y técnicas de resolución de conflictos fomentando el dialogo y el entendimiento entre sus compañeros y compañeras	Desarrolla procesos y técnicas de resolución de conflictos fomentando el dialogo y el entendimiento entre sus compañeros y compañeras

Fuente: Construcción propia componente pedagógico-social TEC, 2019.

7 Estructura Temática.

Corresponde a las unidades temáticas que son abordadas en el desarrollo del centro de interés y que respondan al número de sesiones programadas para el periodo. En cada unidad se debe especificar los temas y subtemas que la componen.

Las unidades temáticas deben ser distribuidas en el total de sesiones que conforman la asignatura, mostrando con detalle los temas y el conocimiento progresivo que se desarrollará en cada sesión. Igualmente, deben estar articulados y corresponder a las mallas curriculares.

Los programas deben estar acompañado de las mallas curriculares. Además, todo este material debe ser puesto como curso desarrollado en la plataforma dedicada para este efecto, bajo la estructura establecida.

En este apartado debe relacionarse el cronograma de desarrollo del centro de interés de forma general

COMPONENTES ESTRUCTURALES	ÁREAS	SABERES Contenidos	Temas	Sub Temas	Principal Énfasis (Ciclos)
MOTRIZ	FUNCIONES MOTORAS BÁSICAS	CAPACIDADES COORDINATIVAS	Coordinación Básica	Caminar	C1- C2
				Correr	
				Lanzar	
				Atrapar	
				Saltar	
			Coordinación General	Equilibrio	C2 - C3 - C4
				Ritmo	
				Anticipación	
				Orientación	
				Diferenciación	
			Coordinación Especial	Agilidad	C3 - C4
				Diferenciación Motriz (Coordinación inter e intramuscular)	
		FLEXIBILIDAD		Pasiva	C1- C2-C3-C4
				Asistida	C1- C2-C3-C4
				Resistida	C1- C2-C3-C4
				Balística	C3-C4
				Facilitación Neuromuscular Propioceptiva	C3-C4
		CAPACIDADES CONDICIONALES	RESISTENCIA	Aeróbica	C3 - C4
				Anaeróbica	C4
			FUERZA	Adaptación anatómica	C2 - C3
				Fuerza Resistencia	C2 - C3 - C4
				Fuerza Máxima	C4
				Fuerza Explosiva	C2 - C3 - C4
				Fuerza Hipertrofia	
			VELOCIDAD	Traslación	C2 - C3 - C4
		ESQUEMA CORPORAL	Percepción y control del cuerpo		C1
			Equilibrio postural		C2 - C3
			Estructuración espaciotemporal		C2
			Lateralidad		C2
			Independencia segmentaria		C2

COMPONENTES ESTRUCTURALES	ÁREA	SABERES / CONTENIDOS	TEMAS	SUB TEMAS	PRINCIPAL ÉNFASIS (CICLOS)
EXPRESIVO CORPORAL	LÚDICO DEPORTIVO Y RECREATIVO	ACTIVIDADES RÍTMICAS Y JUEGO	Formas jugadas		C1-C2
			Pre-deportivos		C2
			Mini deportes		C3
			Deporte Especifico		C4
AXIOLÓGICA CORPORAL	CUIDADO DE SÍ MISMO	SALUD CORPORAL	Aseo, Alimentación, Hidratación, Salud, Calidad de Vida, Higiene postural, Hábitos.		C1-C2 - C3- C4
		RESPONSABILIDAD	Asistencia, Puntualidad, Participación, Atención, Indicación, Comportamiento.		
		CONOCIMIENTOS GENERALES	Cultura Deportiva: Reglamentación, Normatividad, Actividad Física, Recreación, Deporte, Tiempo Libre, Juego.		
FORTALECIMIENTO COMPETENCIAS CIUDADANAS Y SOCIOEMOCIONALES	SOCIAL	FORTALECIMIENTO DE COMPETENCIAS CIUDADANAS Y SOCIOEMOCIONALES A TRAVÉS DE VALORES POR MEDIO DE HABILIDADES SOCIALES	Respeto	Trabajo en Equipo	C1-C2 - C3- C4
			Excelencia	Autoestima y Autoconfianza	C1-C2 - C3- C4
			Igualdad	Trabajo en Equipo	C1-C2 - C3- C4
			Determinación	Liderazgo	C1-C2 - C3- C4
			Amistad	Expresión de Emociones Relaciones Interpersonales	C1-C2 - C3- C4
			Inspiración	Relaciones Interpersonales	C1-C2 - C3- C4
			Valor	Comunicación Asertiva	C1-C2 - C3- C4

COMPONENTES ESTRUCTURALES	ÁREAS	SABERES Contenidos	Temas	Sub Temas	Principal Énfasis (Ciclos)
HABILIDADES DEPORTIVAS ESPECIFICAS	FUNDAMENTOS TÉCNICO - TÁCTICOS	FUNDAMENTOS DE ATAQUE	INDIVIDUAL	Bateo	C2 - C3- C4
				Corrido de Bases	C2 - C3- C4
		FUNDAMENTOS DE DEFENSA	INDIVIDUAL	Recepción con guante	C2 - C3- C4
				Mecánica de Lanzamiento	C2 - C3- C5
				Fildeo rollings	C2 - C3- C4
				Fildeo Fly´s	C2 - C3- C4

8 Metodología.

Uso de la metodología TEC, que contempla el Modelo Didáctico Hibrido (Modelo para la Sesión de Clase), acompañamiento a su ejecución y seguimiento a la pertinente aplicación.

El enfoque pedagógico-metodológico denominado RAP (Reflexión-Acción-Participación) define al proceso mediante el cual la reflexión sobre las experiencias significativas es abordada desde una visión crítica que trasforma las realidades a través de las acciones que se implementan en los centros de interés por parte del formador para facilitar los aprendizajes en el estudiante.

En TEC, la RAP se debe aplicar en todo el desarrollo de la clase del centro de interés desde la planeación hasta la ejecución, lo cual requiere de un enfoque pedagógico - metodológico denominado la Reflexión - Acción - Participación (RAP), que se define como un proceso en el que se reflexiona sobre experiencias significativas particulares, desde una visión crítica de la realidad, emprendiendo acciones participativas entre el formador y el estudiante.

Para el desarrollo coherente de la RAP, la estrategia contiene cinco principios y cuatro momentos pedagógicos que deben ser implementados y vivenciados en la presente Metodología TEC desde la planeación hasta la ejecución de las sesiones de clase, lo cual nos permite el óptimo desarrollo del cumplimiento del objetivo general, el cual apunta a ofertar alternativas de deporte y actividad física a los escolares de las Instituciones Educativas Distritales con estas fases:

1. Relaciones Pedagógicas Horizontales: se trata de que el formador pueda tener una relación de enseñanza-aprendizaje con el estudiante, de tal manera que construyan el desarrollo de la clase de manera conjunta.

2. Partir de las necesidades, interés y potencialidades: reconocer por parte del formador el desarrollo del grupo, pero también pueda reconocer las necesidades, interéses y potencialidades del estudiante de forma particular, de tal manera que las estrategias de enseñanza que aplique estén enfocadas a favorecer el desarrollo del escolar.

3. Unir la reflexión y la acción: realizar entre el formador y el escolar constantemente procesos de retroalimentación de la clase, de tal manera que se facilite el análisis de los avances del centro de interés y del escolar y de allí se implementen acciones para fortalecer los desempeños o implementar las oportunidades de mejora.

4. Asumir la realidad compleja y concreta a la vez: reconocer los contextos en los que se desarrollan los centros de interés, las etapas de desarrollo del escolar, los niveles y estilos de aprendizaje, las capacidades personales y las condiciones del medio para adaptar las estrategias de enseñanza en el

centro de interés, de tal manera de tener en cuenta la realidad del estudiante y de su medio para favorecer los aprendizajes.

5. Trascender la escuela como espacio de aprendizaje: el centro de interés es un espacio propicio y alternativo para la práctica del deporte y la reacción, que, aunque dependiendo de la articulación curricular con la institución educativa no se convierte en una asignatura convencional, en su lugar se trata de una estrategia pedagógica para el uso del tiempo escolar que permite al escolar realizar practica en el deporte de su elección y fortalecer sus habilidades matices y deportivas.

En el marco de la sesión de clase, la R.A.P. se desarrolla sus principios y momentos así: Los cinco principios, se desarrollan de manera implícita en la relación construida entre el formador, el escolar y los aprendizajes esperados, es entonces necesario enfocarse no solo en los contenidos específicos, sino en los lenguajes, necesidades, expresiones propias del contexto en los que se desarrolla el centro de interés; para esto el formador desarrolla una caracterización de la población, así, al conocerla determina cuales son las herramientas adecuadas para lograr las competencias establecidas para cada ciclo de formación.

Es así como los cuatro momentos pedagógicos que se definen en la RAP corresponden a:

- Pensar y Pensarnos: Es el momento en donde se planea las actividades que hacen parte de la estructura de la clase, así como la organización de las actividades apropiadas que me permitan alcanzar los desempeños.

- Dialogo de Saberes: se refleja en la parte inicial de la clase, es el momento en donde se socializan los saberes a desarrollar, se hace el saludo y la lectura del estado del grupo

- Reconstruyendo Saberes: Es el momento central, es en donde el escolar viene con un aprendizaje previo, el formador le muestra una nueva experiencia desde los ejercicios/actividades y se crea un nuevo conocimiento.

- Transformando Realidades: Al cierre de clase se debe realizar una reflexión de los aprendizajes logrados y como se transfieren a su cotidiano, ampliando la frontera escolar hacia sus entornos comunes.

De esta propuesta de la RAP es donde se hace una reflexión de diferentes modelos de enseñanza y se propone en TEC el denominado Modelo Didáctico Hibrido, que corresponde a un modelo de cómo se debe desarrollar la sesión de clase en los centros de interés de TEC:

Los principios de este modelo didáctico híbrido con sus definiciones son:

1. Proceso Centrado en el Estudiante: son los propios estudiantes quienes son el centro de la clase; esto implica que el proceso Enseñanza-Aprendizaje es asumido por los estudiantes, mejorando sus habilidades, como la capacidad de resolver problemas, aprender a transferir conocimientos y experiencias a los compañeros, a adaptarse a nuevas situaciones y a adquirir competencias comunicativas. En contraposición, el modelo tradicional de comando directo va dando paso para que el Formador se convierta más en un facilitador activo, propositivo y no el centro del conocimiento.

2. Proceso Holístico (potencial humano del escolar). Ampliar el acervo de las habilidades motrices y deportivas y favorecer la socialización, la cooperación, la autonomía y las habilidades sociales, todas estas son los propósitos que debe tener en cuenta el formador. Además de fomentar el aprendizaje y desarrollo de la responsabilidad personal y social. La educación en valores y habilidades es fundamental y hace parte del ámbito deportivo, y a ello contribuye significativamente TEC.

3. Grupos Pequeños: se estructuran de manera heterogénea y se realiza la tarea en forma conjunta. Permite que los estudiantes puedan ayudarse mutuamente en el aprendizaje mientras se busca una realización conjunta de la tarea. Además, hay inclusión de escolares de diferentes niveles de avance motriz y deportivo, potenciando el aprendizaje de todos. Otra ventaja de este principio es que los estudiantes no pueden pensarse ni actuar de manera aislada, sino que es imperativo que deban contar con la participación de los otros para poder lograr los desempeños.

4. Responsabilidad Otorgada al Estudiante: Aquí, el Formador(a) facilita el aprendizaje dándole mayor responsabilidad a los alumnos, lo que implica que ellos gradualmente se encargarán de desarrollar, pero principalmente, de evaluar las actividades de aprendizaje. De esta manera, se mantiene la motivación durante todas las clases y se estimula la corresponsabilidad de los escolares.

5. Aprendizaje Activo Social: aquí los procesos de toma de decisiones, interacción social y comprensión cognitiva implican el desarrollo del pensamiento, a través de actividades que le permiten entender los elementos básicos que hay detrás de cada actividad, infiriendo, deduciendo, y optimizando la información que analiza para tomar decisiones que favorezcan el desempeño individual y colectivo.

6. Aprendizaje Auténtico y Ajustado al Estado Actual De Desarrollo: este principio se refiere a que los aprendizajes son auténticos y ajustados al nivel de crecimiento y desarrollo de los niños y niñas. Esto trae como consecuencia que las actividades deben ser flexibles y modificadas de acuerdo con este desarrollo, ajustando los elementos estructurales y funcionales al nivel del aprendizaje y desarrollo. Una ventaja de este principio es que las prácticas pedagógicas son reales, es decir, en contextos de práctica verdadera, lo que ayuda a mantener la motivación alta.

Dicho modelo se describe en esta gráfica y se usa para la planeación de las clases de los formadores:



Figura 2Metodología TEC

Definición y aplicación de las estrategias de fortalecimiento para el Talento Humano, en articulación con Fomento Deportivo del Área de Deportes del instituto.

El fortalecimiento del talento humano se define como un proceso de cualificación para el apoyo y consolidación de criterios operativos, técnicos y metodológicos de los equipos que aplican sus roles en territorio con la finalidad de afinar conceptos, metodologías y prácticas que permitan desarrollar el objetivo del proyecto TEC y tener una intervención adecuada y de calidad en la prestación del servicio con escolares.

Para ellos, desde TEC se llevan a cabo acciones y estrategias que buscan generar herramientas metodológicas que permitan la socialización de orientaciones, la apropiación de conceptos, el entrenamiento en temas pedagógicos, operativos y estratégicos, así como socializar información de las diferentes estrategias propuestas en el programa, compartir y construir estrategias empleadas en campo para el fortalecimiento de las competencias planteadas para el proyecto (Básicas, Ciudadanas y Socioemocionales) para los escolares beneficiados.

Las estrategias pueden ir variando, dependiendo de las necesidades técnicas del talento humano, de los resultados de las visitas en campo y de los requerimientos estratégicos para cumplir con los objetivos propuestos desde el proyecto y del Instituto.

De allí, la importancia de la articulación entre áreas, dado que los procesos de fortalecimiento del talento humano de TEC además de requerir la interdisciplinariedad, también requiere la articulación con el área de capacitación de Deportes, quienes revisan y apoyan el proceso de cualificación de formadores según las necesidades reportadas.

9 Criterios de Evaluación.

Las estrategias e instrumentos de evaluación implementadas en la metodología TEC están en concordancia con el enfoque por competencias, se parte de que la competencia es visible a través de sus componentes, por tanto los desempeños y criterios de desempeño deben facilitar su observación; dichos criterios estarán encaminados a confrontar conceptos y procedimientos que permitan descubrir las relaciones entre los conocimientos y prácticas, y a través de ellos valorar las competencias desarrolladas de forma cuantitativa o cualitativa .

Las competencias se logran de forma constante y buscan integrar los aprendizajes, favoreciendo la asimilación de los saberes, utilizándolos de manera efectiva, es por ello por lo que la evaluación debe dar cuenta de ese progreso, de tal forma que se organiza su adquisición en niveles sucesivos para cada una de las competencias a desarrollar; según el ciclo formativo de los escolares. En consecuencia, este diseño evaluativo exige ajustar la atención en los siguientes aspectos: la creación de contextos apropiados, la elaboración de desempeños y criterios de desempeño precisos al igual que categorizar los niveles de la competencia.

La evaluación en el proyecto TEC se efectúa según el momento, distinguiendo el uso (inicial, formativa y sumativa), cada momento sirve para la comprensión, mejora y perfeccionamiento del proceso de enseñanza-aprendizaje. La evaluación desde este enfoque, define que el principal protagonista del proceso de enseñanza aprendizaje es el escolar, lo que conlleva a suscitar la participación de este a través de la autoevaluación y coevaluación; estas dos usadas desde contextos formativos y auténticos, lo que lo lleva a valorar el grado de desarrollo de la competencia, permitiéndole tomar decisiones en el proceso de enseñanza aprendizaje de manera autónoma, identificando sus fortalezas, debilidades y las oportunidades de mejora en el desarrollo de las mismas. Por tanto, los actores se diversifican en la evaluación por competencias, haciéndola más objetiva y rigurosa, es así que el Formador participa de dicha evaluación, complementando la visión del escolar, supervisándola, interviniéndola y contrastándola; lo que lo convierte un facilitador del aprendizaje. El proceso de evaluación no finaliza hasta que se haya entregado la retroinformación de los desempeños a los escolares; la cual permite que el aprendiz pueda descubrir

sus avances y dificultades, y el Formador diseñar y proyectar nuevos escenarios de aprendizaje.

En gran medida la técnica utilizada para la recolección de la información es a través de la observación y la de experimentación; la primera debe ser internacionalizada, sistemática, validada y confiable, la segunda guarda relación con una evaluación más objetiva, cuantitativa y a través de pruebas motoras. Son varios los instrumentos utilizados para el control y verificación del desarrollo de las competencias; seleccionar el instrumento apropiado en función de la evidencia que se quiere obtener resulta clave en el proceso de evaluación por competencias. Se implementan en el TEC el diario de campo, lista de cotejo o de comprobación, escala de apreciación o actitud, registro anecdótico; también las escalas de competencia o rúbricas de desempeño, la cuales permiten medir el nivel y la calidad de una tarea desarrollada, así mismo los test motores, las pruebas de ejecución técnica, y pruebas. Cada una de estas herramientas es utilizada según la pertenencia al Centro de interés, al ciclo formativo y a los propósitos propios de cada uno de estos.

10 Fuentes de Información o Referencias

Coy, H. C., Mahecha, J. M., Lugo, E. C., & López, G. M. R. (2007). Competencias y Estándares para el Área de Educación Física." Experiencia que se Construye Paso a Paso". *Educación Física y Deporte*, *26*(1), 11-20.

Chaux, E. (2005). Estándares Básicos de Competencias Ciudadanas. *Estructura y Proceso de Construcción. Taller Internacional de Formación en competencias Ciudadanas. Bogotá*.

De Medellín, A. (2014). Medellín construye un sueño maestro: Expedición currículo plan de área de Educación Física Recreación y Deportes. *Medellín, Colombia: Secretaría de Educación de Medellín*.

Mundial, B., Kudo, I., & Mejía, J. F. (2018). Emociones para la vida. Programa de educación socioemocional: guía para el docente grado 3.°

Rodríguez, A., Pachón, J., Chinchilla, V., & Morales, J. (2010). Orientaciones pedagógicas para la educación física, recreación y deporte.

Cartilla 1 Brújula, Programa de Competencias Ciudadanas. Orientaciones para la institucionalización de las competencias ciudadanas. MEN https://www.mineducacion.gov.co/1759/articles-235147_archivo_pdf_cartilla1.pdf

Cartilla 2 Mapa, Programa de Competencias Ciudadanas. Orientaciones para la institucionalización de las competencias ciudadanas. MEN https://www.mineducacion.gov.co/1759/articles-235147_archivo_pdf_cartilla2.pdf

Documento No. 15 Orientaciones pedagógicas para la educación física, recreación y deporte. MEN https://www.mineducacion.gov.co/1621/articles-340033_archivo_pdf_Orientaciones_EduFisica_Rec_Deporte.pdf

Lineamientos curriculares Educación Física, Recreación y Deporte
https://www.mineducacion.gov.co/1621/articles-89869_archivo_pdf3.pdf

Guía No. 6 Estándares Básicos de Competencias Ciudadanas
https://www.mineducacion.gov.co/1759/w3-article-75768.html

Álvarez, A. y del Río, P. Educación y Desarrollo: La teoría de Vygotsky y la zona de desarrollo próximo. Ed. Alianza Psicología. Madrid. 1992.

Barrios, J., Manual para el deporte de iniciación y desarrollo / Joaquín Barrios, Alfredo Ranzola. Habana: Editorial Deportes, 1995. – 140 p.

Dzhamgarov, T.T. y Puni, A.T. Psicología de la Educación física y el deporte. / T.T

Fung, T. Las habilidades y las capacidades en el proceso de enseñanza – aprendizaje del deporte. Tesis Doctoral. ISCF. Ciudad de la Habana. 1996.

Cratty, B. (1982). Desarrollo perceptivo y motor en los niños. Paidós. Barcelona

Delgado, M.A. (1993). Las Tareas en la Educación Física para Enseñanza Primaria. En A.A.VV. Fundamentos de Educación Física para Enseñanza Primaria. Vol. 1. INDE. Barcelona.

Parlebas (1989). Perspectivas para una educación física moderna. Unisport. Málaga.

Pieron, M. (1989). Didáctica de las actividades físicas y deportivas. Gymnos. Madrid.

Singer, R. (1986). El aprendizaje de las acciones motrices en el deporte. Hispano Europea.